





KALENDARZ

KRAKOWSKIEGO OCHOTNICZEGO TOWARZYSTWA RATUNKOWEGO

•CENA EGZEMPLARZA

KALENDARZ

KRAKOWSKIEGO OCHOTNICZEGO TOWARZYSTWA RATUNKOWEGO

NA ROK 1947



NAKŁADEM KRAKOWSKIEGO OCHOTN. TOW. RATUNKOWEGO
KRAKÓW, ULICA POTOCKIEGO L. 19. — TELEFON NR. 548-88
OKŁADKA PROJEKTU MIECZYSŁAWA WĄTORSKIEGO

Kto jest pewny,

że nigdy nie będzie potrzebował pomocy Pogotowia Ratunkowego

niech odmówi datku.



Zakłady Graficzne „Litodruk" Kraków, ul. Radziwiłłowska 23. — M-16526.

DLA PAMIĘCI

Ważne numery telefonów:

Pogotowie Ratunk.	548-88
Straż Pożarna	588-33, 588-44
Biuro napraw telef.	585-00
Informacje telef.	585-20
Informator kolejowy	595-15

Ważne daty

SPIS RZECZY

SŁOWO WSTĘPNE

Starym, corocznym zwyczajem zwracamy się do Was Szanowni Czytelnicy i Ofiarodawcy, dając do rąk Waszych **Kalendarz Krakowskiego Ochotniczego Towarzystwa Ratunkowego na rok 1947,** z prośbą o dalsze popieranie naszej instytucji i wydawnictwa.

W pierwszym już kalendarzu z r. 1929 pisał zmarły niedawno śp. prof. dr Ciechanowski: W szarej monotonii codziennego trudu zwycięża prosty instynkt samozachowawczy, na pierwszym miejscu staje w duszy człowieczej strach przed śmiercią i obawa przed chorobą, — tymczasem rozmiary zapobiegawczych urządzeń socjalnych są jeszcze ciągle nieproporcjonalnie małe w tej szczególnie dziedzinie, w której **była i jest konieczna sprawna organizacja umiejętnej a niezwłocznej pomocy zapobiegawczej, rozstrzygającej nieraz o zachowaniu zdolności do pracy lub nawet ocaleniu życia.**

Upłynęło już 55 lat istnienia i nieprzerwanej działalności Towarzystwa, a ciągle daleko jest jeszcze do uzyskania dla niego podwalin materialnych proporcjonalnych do oddawanych przez nie usług, daleko jeszcze ciągle, aby najszerszy ogół obywateli korzystający z pomocy Twa, poczuł się zobowiązanym do świadczeń na jego rzecz. **Istnienie Towarzystwa oparte jest tylko na ofiarności i pracy garści ludzi dobrej woli.** Liczba około 700 członków wspierających w roku 1946 unaocznia najlepiej ustosunkowanie się 300.000 obywateli Krakowa — liczba zaś 440.000 interwencji Twa od chwili jego założenia świadczy naodwrót o jego pomocy niesionej mieszkańcom!

Wydając powyższy kalendarz mamy na celu, obok zasilenia funduszów Twa, udostępnienie szerokim rzeszom mieszkańców ogólnych wiadomości z dziedziny ratownictwa, hygieny społecznej i najnowszych zdobyczy medycyny, i zaznajomienie z działalnością Twa, której istotą jest najczystszy humanitaryzm, z samej natury rzeczy wolny od jakichkolwiek zabarwień ubocznych. Chcemy wskazać z jakimi trudnościami połączone jest obecnie spełnianie naszych zadań w pierwszym rzędzie **z powodu braku karetek sanitarnych** — otrzymanie w roku ubiegłym **jednej karetki** sanitarnej z darów UNRRA nie mogło oczywiście wobec zapotrzebo-

wania przynajmniej 5 takich samochodów, rozwiązać kwestii, która nadal pozostaje **otwarta i paląca!** Chcemy na tym miejscu zwrócić uwagę, ile przygotowania i doświadczenia musi z siebie dać Towarzystwo dla osiągnięcia swych zadań, jak starannie dobierać musi swych pracowników, którzyby prócz wiedzy i wprawy mieli talent szybkiej orientacji, stanowczość w działaniu, zimną krew i panowanie nad sobą, a nieraz i odwagę osobistą nawet wśród gradu kul lub wzburzonego tłumu.

Na tym też miejscu składamy wszystkim P. T. Instytucjom i Firmom, które przez zamieszczenie swych ogłoszeń dopomogły do wydania niniejszego kalendarza, jakoteż wszystkim naszym członkom wspierającym najserdeczniejsze podziękowanie.

Za Zarząd:

Sekretarz: Czernecki A.

Prezes: Prof. Dr. Latkowski J.

Kraków, w listopadzie 1946.

STYCZEŃ		
1	S	**N. Rok Mieczysława**
2	C	Makarego op.
3	P	Genowefy, Daniela
4	S	Tytusa B. Eugeniusza
5	N	**Im. Jezus, Telesfora**
6	P	**Trzech Króli**
7	W	Lucjana i Juliana
8	Ś	Seweryna op.
9	C	Marcjanny, Juliana
10	P	Wilhelma, Agatona
11	S	Honoraty p.
12	N	**1. Arkadiusza**
13	P	Weroniki, Glafiry
14	W	Feliksa, Eufrozyny
15	Ś	Pawła Pustelnika
16	C	Marcelego, Włodzim.
17	P	Antoniego op., Mariana
18	S	Katedry św. Piotra
19	N	**2. Henryka, Ferdyn.**
20	P	Fabiana i Sebastiana
21	W	Agnieszki p.
22	Ś	Wincentego i Anas.
23	C	Zaślubiny N. M. P.
24	P	Tymoteusza
25	S	Nawr. św. Pawła
26	N	**3. Polikarpa**
27	P	Jana Złotoust.
28	W	Juliana i Walerego
29	Ś	Franciszka Salez.
30	C	Marty p.m.
31	P	Piotra Nol., Marceli

Stare przepowiednie.

Kiedy styczeń najostrzejszy,
tedy rok najpłodniejszy.

Jeśli w styczniu deszcze leją,
nie ciesz się wielką nadzieją.

Wolność, najszlachetniejszy dar Boga na ziemi, wszystkie inne przyćmiewa. Naród bez wolności jest wiosną bez kwiatów.

Krasiński

NOTATKI:

LUTY

1	S	Ignacego, Brygidy
2	N	**Starozap. M. B. Gr.**
3	P	Błażeja B
4	W	Andrzeja, Weroniki
5	Ś	Agaty p.m.
6	C	Doroty, Tytusa
7	P	Romualda op.
8	S	Jana z Matty
9	N	**Mięsopustna Apolonii**
10	P	Scholastyki p.
11	W	Obj. N. M. P. w Lourdes
12	Ś	Eulalii p. m.
13	C	Katarzyny, Jana
14	P	Walentego
15	S	Faustyna i Jowity
16	N	**Zapustna, Julianny**
17	P	Donata m., Aleksego
18	W	Symeona Mak.
19	Ś	*Popielec* Konrada m.
20	C	Leona
21	P	Eleonory, Feliksa
22	S	Małgorzaty
23	N	**Wstępna, Piotra i D.**
24	P	Macieja Ap.
25	W	Zygfryda i Wiktora
26	Ś	Aleksandra B.
27	C	Leandra
28	P	Romana op.

Stare przepowiednie.

Gdy mróz w lutym ostro trzyma, wtedy jest niedługa zima.

Gdy na Gromniczną roztaje — rzadkie będą urodzaje.

Po tym wyższego męża możesz poznać [w tłumie,
Że on zawsze to tylko zwykł robić, [co umie. —
Mickiewicz

NOTATKI :

MARZEC	
1 S	Albina, Antoniny
2 N	**Sucha, Heleny ces.**
3 P	Kunegundy
4 W	Kazimierza kr.
5 Ś	Euzebiusza, Adriana
6 C	Wiktora i Wiktoryna
7 P	Tomasza z Akwinu
8 S	Wincentego Kadł.
9 N	**Głucha, Franciszka**
10 P	40 męczenników
11 W	Konstantego
12 Ś	Grzegorza Wielk.
13 C	Krystyny p.
14 P	Matyldy, Leona
15 S	Klemensa, Longina
16 N	**Środop. Abrahama**
17 P	Gertrudy, Patryc.
18 W	Edwarda kr.
19 Ś	Józefa Obl. N.M.P.
20 C	Wolframa B.
21 P	Benedykta op.
22 S	Katarzyny Bogusł.
23 N	**Czarna, Pelagii**
24 P	Gabriela Arch., Marka
25 W	Zwiastow. N.M.P.
26 Ś	Emanuela, Dyzmy
27 C	Jana Damasc.
28 P	M.B. Bol., Jana Kap.
29 S	Eustachego op.
30 N	**Palmowa, Anieli**
31 P	Balbiny p.

Stare przepowiednie.

Św. Józef pogodny —
będzie roczek urodny.

Jak na św. Józef bocian przyleci,
to resztę śniegu z pól zmiecie.

Czas płynie szybko i, jak wezbrana rzeka unosi, porywa i niszczy dawne pamiątki. Sława się jedna przez jego przebija wody i, podobna świetnej gwieździe, oświeca przyszłe wieki.

Krasiński

NOTATKI:

KWIECIEŃ

1	W	Teodory, Hugona
2	Ś	Franciszka a Paulo
3	C	W. Czw. Ryszarda
4	P	W. Piątek Izydora
5	S	W. Sobota Wincentego
6	**N**	**Wielkanoc, Celest.**
7	**P**	**Pon. Wielk. Epifan.**
8	W	Dionizego
9	Ś	Marii Kleofas.
10	C	Ezechiela
11	P	Leona pap.
12	S	Wiktora
13	**N**	**Hermenegildy**
14	P	Justyna
15	W	Anastazji m.
16	Ś	Benedykta
17	C	Rudolfa, Aniceta
18	P	Bogumiła m.
19	S	Tymona m.
20	**N**	**Sulpicjusza**
21	P	Anzelma B. W.
22	W	Sotera i Kaja
23	Ś	Wojciecha, Jerzego
24	C	Fidelisa, Egberta
25	P	Marka Ewangelisty
26	S	Kleta, Marcelina
27	**N**	**Teofila, Piotra K.**
28	P	Pawła od Krzyża
29	W	Piotra m., Hugona
30	Ś	Katarzyny, Zofii m.

Stare przepowiednie.

Gdy w końcu kwietnia deszcz rosi,
polom błogosławieństwo przynosi.

Na Urbana (2-go) chwile jakie,
to i lato będzie takie.

Zaiste, miłe Bogu jest aniołów pienie,
Ale daleko milsze człowieka milczenie.

Mickiewicz

NOTATKI:

MAJ

1	C	Święto Pracy, Filipa
2	P	Zygmunta i Anast.
3	**S**	**Konst. 3-go Maja**
4	**N**	**Floriana, Moniki**
5	P	Piusa V, Anioła
6	W	Jana w Oleju ap. ew.
7	Ś	Domiceli i Eufrozyny
8	C	Stanisława bisk.
9	**P**	**Św. Woln. i Zwyc.**
10	S	Izydora
11	**N**	**Mamerta, Franciszka**
12	P	Pankrac., N.M.P. Łas.
13	W	Serwacego, Gerw.
14	Ś	Bonifacego, Just.
15	**C**	**Wnieb. Pańskie, Zofii**
16	P	Andrzeja Boboli
17	S	Paschalisa- Brunona
18	**N**	**Feliksa, Eryka**
19	P	Celestyna, Piotra
20	W	Bernardyna sen.
21	Ś	Wiktora m.
22	C	Heleny, Julii
23	P	Dezyderiusza
24	S	Joanny, Afry
25	**N**	**Ziel. Świątki, Grzeg.**
26	**P**	**Pon. Ziel. Św., Filipa**
27	W	Bedy, Jana I pap.
28	Ś	Augustyna
29	C	M. Magdal Teod.
30	P	Ferdynanda. Feliksa
31	S	Anieli p., Petroneli

Stare przepowiednie.

Pierwszego maja deszcz,
nieurodzaju wieszcz.

Grzmot w maju,
sprzyja urodzaju.

Nie ten jest egoistą, kto od ludzi stroni,
Ale ten, kto za bliźnim, jak za łupem goni.

Mickiewicz.

NOTATKI

CZERWIEC

1	N	**Trójcy Przenajśw.**
2	P	Marcelina
3	W	Erazma, Klotyldy
4	Ś	Franciszka Cez.
5	C	**Boże Ciało. Bonifac.**
6	P	Norberta, Wincentego
7	S	Roberta op.
8	N	**Medarda, Wilhelma**
9	P	Felicjana i Pryma
10	W	Małgorzaty, Bogumiła
11	Ś	Barnaby ap.
12	C	Onufrego, Jana
13	P	Serca Jez., Antoniego
14	S	Bazylego W. B.
15	N	**Wita i Modesta**
16	P	Benona, Julitty
17	W	Jolanty
18	Ś	Marka i Marcelina
19	C	Gerwazego i Protazego
20	P	Sylweriusza, Cyriaka
21	S	Alojzego Gonz.
22	N	**Paulina, Flawiussa**
23	P	Wandy, Agrypiny
24	W	Jana Chrzc.
25	Ś	Prospera, Wilhelma
26	C	Jana i Pawła
27	P	Władysława króla
28	S	Ireneusza, Leona
29	N	**Piotra i Pawła**
30	P	Wsp. św. Pawła

Stare przepowiednie.

Nie ciesz się chłopie,
Gdy masz siano w kopie.
Kiedy masz w stogu —
Powiedz „Chwała Bogu".

Po świętym Janie — nie będziesz chadzał w kożuchu baranie.

W ustach jest otwór duszy, a drogie balsamy
Wietrzeją prędko, gdy je często otwieramy.

Mickiewicz

NOTATKI:

LIPIEC

1	W	Haliny, Teodoryka ap.
2	Ś	Nawr. N. M. P.
3	C	Anatola, Ireneusza
4	P	Józefa Kalas.
5	S	Antoniego, Zakkaria
6	**N**	**Izajasza, Łucji m.**
7	P	Cyryla i Metodego
8	W	Elżbiety król., Eugen.
9	Ś	Weroniki, Mikołaja
10	C	Amelii, 7 braci m.
11	P	Piusa I, Pelagii
12	S	Jana Gwalberta
13	**N**	**Anakleta, Małgorzaty**
14	P	Bonawentury, Franc.
15	W	Roz. św. Ap. Henryka
16	Ś	M. B. „Szkaplerznej
17	C	Aleksego, Marceliny
18	P	Szymona z Lipnicy
19	S	Wincentego à Paulo
20	**N**	**Czesława, Hieronima**
21	P	Praksedy, Wiktora
22	**W**	**Roczn. Manif. PKWN**
23	Ś	Apolinarego, Teofila
24	C	Kunegundy, Krystyny
25	P	Jakuba ap., Krzysztofa
26	S	Anny Matki N.M.P.
27	**N**	**Natalii, Pantaleona**
28	P	Innocentego, Wiktora
29	W	Marty, Olafa
30	Ś	Julity i Donatylii
31	C	Ignacego Lyoli

Stare przepowiednie

Deszcz na Nawiedzenie Panny (2-go) potrwa pewnie do Zuzanny (11).

Maria Magdalena (22-go) kiedy bardzo płacze, to smucić się będą oracze, ale kiedy tylko kwili — to wszystko przymili.

Młodośc, życie ulatuje — a jeśli chwila uciechy, chwila rozkoszy je nam uprzyjemniła, za to tysiąc chwil wtrącają nas w otchłań nieszczęścia.

Krasiński

Myj stale ręce!

Czystość to najpewniejszy sposób zapobiegania chorobom.

NOTATKI

SIERPIEŃ

1	P	Piotra w okowach
2	S	N. M. P. Anielskiej
3	**N**	**Znal. rel. św. Szczep.**
4	P	Dominika, Arystarcha
5	W	N. M. P. Śnieżnej
6	Ś	Przem. Pańskie
7	C	Kajetana W., Donata
8	P	Cyriaka, Emiliana
9	S	Romana, Rustyka
10	**N**	**Wawrzyńca, Bogd.**
11	P	Zuzanny, Dygmy
12	W	Klary p., Hilarii m.
13	Ś	Hipolita, Kasjana
14	C	Euzebiusza, Anastazji
15	**P**	**Wniebowz. N. M. P.**
16	S	Rocha, Joachima
17	**N**	**Jacka, Julianny**
18	P	Włodzimierza, Heleny
19	W	Mariana, Bolesława
20	Ś	Bernarda, Samuela
21	C	Joanny wd., Franciszka
22	P	Tymoteusza, Symf.
23	S	Filipa, Benicjusza
24	**N**	**Bartłomieja ap.**
25	P	Ludwika kr., Patrycji
26	W	M. B. Częstochowskiej
27	Ś	Przen. rel. św. Kazim.
28	C	Augustyna, Aleks.
29	P	Ścięcie św. Jana Chrzc.
30	S	Róży Lim., Szczęsnego
31	**N**	**Rajmunda, Paulina**

Stare przepowiednie.

Czego sierpień nie dowarzy, tego wrzesień nie doparzy.

Jeśli na św. Bernarda (20-go) ziemia twarda — to będzie zima harda, a jak miękka — to lekka.

I ty się z tego cieszysz o mądrości synu,
Żeś został oklaskami przyjęty od gminu?
Wszak prawda w oczy kole; jeśli ci gmin klaskał,
To dowód filozofie, żeś nie kłuł, lecz głaskał.

Mickiewicz

NOTATKI :

WRZESIEŃ		
1	P	Bronisławy, Idziego
2	W	Stefana kr., Juliana
3	Ś	Szymona Słupnika
4	C	Rozalii, Róży wd.
5	P	Wawrzyńca, Justyna
6	S	Zachariasza, Eugen.
7	**N**	**Reginy, Jana**
8	P	Narodzenie N. M. P.
9	W	Gorgoniusza, Sergiusza
10	Ś	Mikołaja z Tolent.
11	C	Prota i Jacka
12	P	Imienia Marii
13	S	Filipa, Eugenii
14	**N**	**Podw. św. Krzyża**
15	P	M. B. Bolesnej, Nikod.
16	W	Kornela, Eufemii
17	Ś	Stygmy św. Franciszka
18	C	Józefa z K., Ireny
19	P	Januarego, Konstancji
20	S	Eustachego, Zuzanny
21	**N**	**Mateusza ap.**
22	P	Tomasza z Wilanu
23	W	Tekli p., Lina m.
24	Ś	N. M. P. od wyk. niew.
25	C	Ładysława, Aurelii
26	P	Cypriana i Justyny
27	S	Kosmy i Damiana
28	**N**	**Wacława kr. Eustach.**
29	P	Michała Arch.
30	W	Hieronima kr.

Stare przepowiednie.

Gdy na Narodzenie (8-go) pogodnie, będzie tak przez cztery tygodnie.

Gdy noc jasna na Michała (28-go) to nastąpi zima trwała.

Nikt przez mordy i katusze
Nie był wieków dyktatorem!
Każde krwawe w dziejach imię
Ach, nosiła mierna dusza!

Krasiński.

Myj ręce przed każdym jedzeniem

NOTATKI

PAŹDZIERNIK

1	Ś	Jana z Dukli
2	C	Aniołów Stróżów
3	P	Teresy od Dz. Jezus
4	S	Franciszka z Assyżu
5	N	**Placyda m.**
6	P	Brunona, Romana
7	W	M. B. Różańcowej
8	Ś	Brygidy, Pelagii
9	C	Dionizego, Ludwika
10	P	Franciszka
11	S	Placydy i Zenajdy
12	N	**Maksymiliana**
13	P	Edwarda
14	W	Kaliksta, Ewarysta
15	Ś	Teresy p., Jadwigi
16	C	Gerarda, Gallusa
17	P	Małgorzaty, Wiktora
18	S	Łukasza Ew., Justa
19	N	**Piotra z Alk., Pelagii**
20	P	Jana Kant., Ireny
21	W	Urszuli, Hilariona
22	Ś	Korduli p. m., Alodii
23	C	Seweryna, Romana
24	P	Rafała Arch , Feliksa
25	S	Kryspina, Kryspiniana
26	N	**Chryst. Kr., Ewarysta**
27	P	Sabiny, Frumencji
28	W	Szymona i Tadeusza
29	Ś	Narcyza, Euzebii
30	C	Alfonsa, Edmunda
31	P	Lucylli p. m.

Stare przepowiednie.

Kto sieje na św. Jadwigę (15-go) ten zbiera z roli swej figę.

Św. Gaweł (28-go) stoi za to, jakie będzie przyszłe lato.

Cierpienie myśli jest kolącym ostem,
Lecz rzeczywistość — O! ta jak
żelazo rani i zabija.
Słowacki.

Nałogiem musi się stać przestrzeganie uczciwości, słowności, punktualności i terminowości!

NOTATKI :

LISTOPAD

1	**S**	**Wszystkich Św.**
2	**N**	**Jerzego b. w.**
3	P	Dzień zad., Huberta
4	W	Karola Borom., Wital.
5	Ś	Zachariasza, Elżbiety
6	C	Leonarda, Feliksa
7	P	Nikandra, Karyny
8	S	Gotfryda, Maura
9	**N**	**Teodora i Oresta**
10	P	Andrzeja z Awel.
11	W	Marcina, Felicjana
12	Ś	5-ciu braci męcz.
13	C	Stanisława Kostki
14	P	Józafata, Jakunda
15	S	Alberta, Leopolda
16	**N**	**Edmunda, Otmara**
17	P	Grzegorza, Salomei
18	W	Odona, Anieli
19	Ś	Elżbiety kr. wdowy
20	C	Feliksa Walezjusza
21	P	Ofiarowanie N.M.P.
22	S	Cecylii, p., Marka
23	**N**	**Klemensa, Felicyty**
24	P	Jana od Krzyża
25	W	Katarzyny, Erazma
26	Ś	Konrada, Piotra
27	C	Waleriana, Wirgiliusza
28	P	Zdzisława, Sostenesa
29	S	Saturnina, Filemona
30	**N**	**I. Adw. Andrzeja**

Stare przepowiednie.

Wiatr od południa w wigilię św. Marcina (11-go) pewnie będzie lekka zima.

Gęś na Marcina po wodzie, wół na Wielkanoc po lodzie.

Czas bystro płynie — unosi z sobą siły, młodość gaśniemy. — Śmierć nas porywa — gdzie? — W te gwiazdy złote, w te ogniste słońca? — Nie — gdzie? — W te chmury białawe? — Nie — gdzie? — Do Boga, do wolności.

Krasiński.

NOTATKI

GRUDZIEŃ

1	P	Eligiusza, Natalii
2	W	Bibianny p., Aurelii
3	Ś	Franciszka Ksawerego
4	C	Barbary, Piotra
5	P	Sabby. Kryspiny
6	S	Mikołaja B., Leoncji
7	**N**	**2. Adw. Ambrożego**
8	**P**	**Niep. Pocz. N. M. P.**
9	W	Wiesława, Leokadii
10	Ś	N.M.P. Loretańskiej
11	C	Damazego, Sabina
12	P	Aleksandra, Just.
13	S	Łucji p. m., Otylti
14	**N**	**3. Adw. Spirydiona**
15	P	Waleriana, Ireneusza
16	W	Euzebiusza, Walentyna
17	Ś	Łazarza, Adelajdy
18	C	Oczek. N. M. P., Grac.
19	P	Nemezjusza, Dariusza
20	S	Teofila i Juliana
21	**N**	**4. Adw. Tomasza Ap.**
22	P	Zenona, Dometrii
23	W	Wiktorii p. m., Serw.
24	Ś	*Wigilia* Adama i Ewy
25	**C**	**Boże Narodzenie**
26	**P**	**Szczepana męcz.**
27	S	Jana ap. i Ewang.
28	**N**	**Młodzianków**
29	P	Tomasza, Dawida
30	W	Eugeniusza
31	Ś	Sylwestra pap.

Stare przepowiednie.

Mroźny grudzień, wiele śniegu — Żyzny roczek będzie w biegu.

Na św. Barbarę (4-go) mróz — odłóż sanie, szykuj wóz, a jak odtajanie — szykuj sanie.

Próżno myśl geniuszu świat cały pozłaca, —
Na każdym szczeblu życia rzeczywistość czeka.

Słowacki

NOTATKI :

JEDNOSTKI MIAR NAJCZĘŚCIEJ UŻYWANYCH

Miary długości:

Podstawową jednostkę miary długości stanowi metr = jedna dziesięciomilionowa część ćwiartki południka kuli ziemskiej.

1 m = 10 dm = 100 cm = 1000 mm, 1 km = 1000 m.

1 1000 mm = 1 mikron, 1 milionowa część mm = 1/1000 mikrona = 1 millimikron.

1 mila geograficzna = 1/15 stopnia na równiku = 7,42 km.

1 mila morska wszystkich narodów = 1,852 km.

Jednostki angielskie:

1 mila angielska = 1760 yardów = 1609 km

1 yard angielski = 3 stopy angiel. = 0,9144 m

1 stopa angielska = 12 cali angiel. = 0,3048 m

1 cal angielski = 0,0254 m.

Jednostki innych narodów:

1 francuska mila morska = 3 mile morskie = 5,556 km

1 mila norweska = 10,000 km

1 mila niemiecka = 0,6 mili pruskiej = 7,532 km

1 wiorsta rosyjska = 1500 arszynów = 1,067 km

1 mila szwedzka = 10.000 km

1 mila polska = 7,145 km

1 łokieć polski = 24 cale = 0,576 m

Miary powierzchni:

100 kw. metrów (m^2 lub qm) = 1 ar (a)

100 arów (a) = 1 hektar (ha)

100 hektarów (ha) = 1 kw. kilometr klm^2 lub qkm)

Miary pojemności i objętości:

1 metr sześcienny (m^3 lub cbm) = 1 milion ccm lub cm^3

1 cbm = 1000 litrów (l) = 100 deka-litrów (dal) = 10 hektolitrów (hl)

1 litr (l) = 1000 cm^3 = 100 centolitrów (cl) = 10 decylitrów (dl)

1 cm^3 = 1000 mikrolitrów

Miary angielskie:

1 minim (m) min. = 5,9192 centimila
1 fluid drachm. (fl. drm.) = 60 min. = 3,5515 mila
1 fluid ounce ((fl. oz) = 8 fl. drm. = 2,8412 centilitra
1 pint (O) = 20 fl. oz. = 0,5682454 litra
1 gallon (C) = 8 pintów = 4,546 litra
1 mil (mililitr) = 1 cm^3 = 16,9 minima
1 decimil = 0,1 cm^3 = 1,69 minima
1 centimil = 0,01 cm^3 = 0,169 minima

Miary amerykańskie:

1 minim (m) min. = 6,1613 centimila
1 fluid drachm. (fl. drm.) = 60 min. = 3,697 mila
1 fluid ounce (fl. oz.) = 8 fl. drm. = 2,9573 centilitra
1 pint (O) = 16 fl. oz. = 0,4732 litra
1 galon (G) = 8 pintów = 3,7854 litra

DZIAŁALNOŚĆ KRAK. OCHOT. TOWARZYSTWA RATUNKOWEGO

W dniu 1 czerwca 1946 r. zamknęliśmy okres 55 lat istnienia i nieprzerwanej działalności Towarzystwa, nie urządzając jakiegoś specjalnego jubileuszu, zwołując tylko na ten dzień Walne Zebranie. Zamknęliśmy ten okres przekonani, że Pogotowie Ratunkowe pozostaje nadal najpopularniejszą i rzeczywiście niezbędną instytucją użyteczności publicznej. — W tym ciężkim powojennym okresie starania Zarządu skierowane były wyłącznie na utrzymanie ocalałego parku samochodowego w stanie zdatnym do użytku; zostaliśmy bowiem tylko z 3 mocno zużytymi i zdekompletowanymi sanitarkami marki D. K. W., nabytymi jeszcze w 1941 r. i pochodzącą z 1928 roku karetką marki Austro-Fiat. Przez ciągłe remonty tych wozów, których koszt wyniósł w r. 1945 120.740.— zł i zakupno w tymże roku używanego wozu marki Adler za kwotę 70.000.— zł udało się nam z ciężkim trudem utrzymać w pełni naszą działalność. Oprócz tej ciągle aktualnej i ku pełnemu zadowoleniu **nierozwiązanej kwestii sanitarek** wysunęła się sprawa uzyskania nowego lokalu względnie własnego domu na pomieszczenie Towarzystwa. Sprawa zresztą nie jest nowa i ciągnie się już od szeregu lat. Przeprowadzone w r. 1923 rozszerzenie lokalu, odstąpionego Towarzystwu przez Zarząd Miejski w budynku Straży Pożarnej, do stanu obecnego nie rozwiązało wszystkich postulatów, możliwych do zaspokojenia tylko przez **uzyskanie własnego, wyłącznie na cele Towarzystwa służącego budynku.** To co było wystarczającym przed 23 latami — dzisiaj już nie wystarcza, nadto — co najważniejsze — przy każdej sposobności wysuwane jest zapotrzebowanie na nasz lokal i garaże przez gospodarza budynku, Miejską Straż Pożarną. Jakkolwiek sprawa w dzisiejszych warunkach braku mieszkań jest trudną do przeprowadzenia, żywimy nadzieję, że Zarząd Miejski i zainteresowana Straż Pożarna umożliwią należyte rozwiązanie tej kwestii. Na tym miejscu Zarząd Twa poczuwa się do miłego obowiązku wyrażenia serdecznego podziękowania Zarządowi Miasta Krakowa i jego Wydziałowi Zdrowia za dotychczasowe popieranie Twa przez subwencje i świadczenia w naturze, wszystkim instytucjom, przedsiębiorstwom i osobom prywatnym,

które przez zapisanie się na członków wspierających zasiliły nasze fundusze.

Przechodząc do sprawozdania z działalności lekarskiej Twa stwierdzić musimy spadek liczby interwencji w stosunku do lat przedwojennych, odpowiadający poziomowi z r. 1927. Spadek ten dotyczy przede wszystkim pomocy udzielanej w naszym ambulatorium, a spowodowany jest nadto nieudzielaniem przez nas pomocy w nagłych zasłabnięciach w mieszkaniach prywatnych i niewyjeżdżaniem z braku odpowiednich wozów poza granice Krakowa. Ogółem udzieliliśmy pomocy w r. 1945 w **8570** przypadkach, zaś **od założenia Twa w 426.691** przypadkach. Pomoc ambulatoryjna objęła 4303, zaś pomoc wyjazdowa 1038 osób. Największą liczbę stanowiły przypadki chirurgiczne, obejmujące 3.576 osób, w tym wypadków ulicznych spowodowanych przez pojazdy mechaniczne było 453, przez tramwaj 80, innych 123, czyli razem 656 wypadków. Pokaźną i charakterystyczną jest ilość 227 zranień wskutek postrzałów. Tutaj zwrócić musimy uwagę na smutny objaw powojenny — większość wypadków spowodowana była nadużyciem alkoholu. Zasłabnięć nagłych w miejscach publicznych względnie w zakładach pracy i w naszym ambulatorium mieliśmy 442. — Zamachów samobójczych zanotowaliśmy 86. w tym 15 takich, w których odrazu na miejscu stwierdzono śmierć; ilość ich w stosunku do lat ubiegłych wybitnie zmniejszyła się. — Przewieźliśmy 3.229 osób do szpitali względnie ze szpitali do domów. Karetki nasze przejechały w tym czasie 27.438 km.

Zwołane na dzień 6 czerwca 1946 r. Walne Zebranie członków zatwierdziło przedłożone przez Komisję Sprawdzającą sprawozdanie z kontroli zamknięć rachunkowych za rok 1945 i udzieliło Zarządowi Twa absolutorium, nadto wybrało 4 członków Wydziału i 3 członków Komisji Sprawdzającej i 2-ch zastępców. W końcu na wniosek Wydziału zamianowało członkami honorowymi Twa: płk. Plapperta Stanisława, pełniącego ofiarnie przez czas okupacji niemieckiej obowiązki prezesa Twa, Dra Drozdowskiego Jerzego, kierownika Stacji Ratunkowej, który w r. b. obchodzi 25-lecie swej pracy w Twie i radcy Dworaka, który w czasie okupacji pełniąc obowiązki sekretarza nacz. lekarza niemieckiego Miejskiego Urzędu Zdrowia bronił spraw i samodzielnego istnienia Twa.

BIŁANS ZAMKNIĘCIA

Krakowskiego Ochotniczego Towarzystwa Ratunkowego w Krakowie

za okres od 1. II. do 31. XII. 1945.

STAN CZYNNY

I. GOTÓWKA W KASIE	178865.54
II. NALEŻNOŚCI ZAMROŻONE	
a) przedwojenne: wkłady na rachunkach bieżących i papiery wartościowe	9564.79
b) z okresu okupacji:	
wkłady na ks. oszczędnościowych .	63150.—
depozyt gotówkowy w Urz. Skarb. .	62797.77
III. RUCHOMOŚCI	
a) urządzenia pogotowia	52110.—
b) samochody sanitarne	69300.—
IV. NIERUCHOMOŚCI	
Kamienica przy ul. Szlak 6	86400.—
	522188.10

STAN BIERNY

I. POŻYCZKI HIPOTECZNE	
a) Tow. Kred. Ziemskie, poz. 84/K . .	65213,72
b) Tow. Kred. Ziemskie, poz. 110/K . .	21858.85
II. WIERZYCIELE	
Polska Agencja Reklamy — wpłata do rozliczenia związana z wydawnictwem kalendarza K. O. T. R.	50000.—
III. MAJĄTEK TOWARZYSTWA	
Stan w dniu 31. I. 1945.	205726.09
Nadwyżka wpływów za okres od 1. II. do 31. XII. 1945.	179389.44
	522188.10

Księgowy:
Kornaś Stauisław

Komisja Sprawdzająca:
Helfer Jan
Kałoń Filip
Dr Tarkowski Tadeusz

Skarbnik:
Nowakowski Stanisław

RACHUNEK STRAT I ZYSKÓW

Krakowskiego Ochotniczego Towarzystwa Ratunkowego w Krakowie

STRATY za okres od 1 II do 31 XII. 1945 **ZYSKI**

STRATY		ZYSKI	
I. KOSZTY ADMINISTRACJI:		I. Wkładki członków i datki	130795.—
a) płace i wynagrodzenia personelu	216720.—	II. Opłaty za przewozy chorych	531354.—
b) podatek i ubezpieczenie społeczne	43385.—	III. Subwencje Zarządu Miejskiego . . .	16000.—
c) konserwacja samochodów	1207 0 60		
d) środki pędne	35372.35		
e) środki lecznicze	5621.80		
f) stołówka	14937.70		
g) różne wydatki administracyjne . .	33634.04		
II. AMORTYZACJE:			
a) nieruchomości	11400 —		
b) urządzenia Pogotowia	5789.—		
c) samochodów	7700.—		
III. NIEDOBÓR:			
z realności przy ul. Szlak 6	3408.75		
Nadwyżka wpływów za okres od 1. II. do 31. XII. 1945	179389.44		
	678149.—		678149.—

Księgowy:

Kornaś Stanisław

Komisja Sprawdzająca:

Helfer Jan
Kałoń Filip
Dr Tarkowski Tadeusz

Skarbnik:

Nowakowski Stanisław

SKŁAD WYDZIAŁU I PRACOWNIKÓW
Krak. Ochot. Towarzystwa Ratunkowego w r. 1946

Prezes:
Prof. Dr. Latkowski Józef

Wiceprezes:
Płk. Plappert Stanisław

Skarbnik:
Nowakowski Stanisław
Holeksa Karol, zastępca

Sekretarz:
Czernecki Adam

Członkowie Wydziału:
Bieniasz Jan, delegat lekarzy
Boblewski Edmund
Bomba Marian
Dr. Klassa-Brunicki Eugeniusz
Dr. Ciećkiewicz Marian
Czarnecki Stanisław
Dr. Grabowski Jan
Dr. Jakubowski Tadeusz
Ks. Jaworski Stefan
Dr. Kowalczyk Jan
Dr. Liwszyc-Tomasik Stanisław
Łazarski Jan
Mgr. Matjaszowa Elżbieta
Dr. Nowosielski Włodzimierz
Sierotwiński Stanisław
Szatkowski Julian

Komisja Sprawdzająca:
Helfer Jan
Kałoń Filip
Dr. Tarkowski Tad.

Zastępcy:
Podgórski Michał
Zajączkowski Mieczysław

Kierownik Pogotowia Rat.:
Dr. Drozdowski Jerzy

Personal lekarski Pogot. Rat.:
Bieniasz Jan
Czernecki Adam
Czerniawski Eugeniusz od 1. 10. 1946
Kaczówka Aleksander do 31. 7. 1946
Korzeniowski Zygmunt
Kuśnierz Karol
Lankosz Jan
Lenda Kazimierz od 1. 11 1946
Michniewicz Czesław
Pelczar Feliks do 30. 9. 1946
Płatek Tadeusz
Politowski Mieczysław
Rymar Jan
Spytkowski Bolesław
Sudolski Wiesław

Prowadzący księgowość:
Kornaś Stanisław

Szoferzy Pogotowia Rat.:
Dziuba Franciszek
Kozik Kazimierz
Młodzianowski Julian
Szostek Bronisław
Ziomek Stanisław

Sanitariusze Pogotowia Rat.:
Goliński Karol
Kraj Władysław

Łanoszka Antoni
Okoński Tadeusz
Slusarczyk Stefan
Wącław Jan

Mechanik Samochodowy:

Czerwieniec Feliks
Bilko Paweł, pomocnik

Honorowi członkowie Tow.:

Amerykański Czerwony Krzyż
Anczyc Wacław †
Bailey C. Walter, Ameryka
Bannet Arnold, Dr. †
Bobrowski Emil, Dr. †
Bossowski Aleksander, Dr. †
Braun Stanisław, Dr. †
Bruce M., Ameryka
Buzek Jan, Dr. †
Chesley Jan Albert, Ameryka
Damski Władysław
Drozdowski Jerzy, Dr.
Dworak Jan
Eminowicz Wincenty †
Fijałek Stanisław
Federowicz Jan Kanty †
Fischer Edward †
Goldman Stanisław †
Habicht Kazimierz, Dr. †
Janiszewski Tomasz, Dr. †
Kaplicki Mieczysław, Dr.
Krzyżanowski Jan †
Krzyżanowski Stanisław †
Lizak Stanisław, Dr. †
Maler M. Bruce, Ameryka
Mundy Jaromir, Dr. †
Obaliński Alfred, Dr. †
Piotrowski Tadeusz, Dr.
Plappert Stanisław
Rolle Karol, Inż.
Rosner Aleksander, Dr. †
Sare Józef, Inż.
Schneider Ludwik, Dr.
Słapa Wilhelm, Dr. †
Śliwiński Michał, Dr. †
Styczeń Stanisław, Dr. †
Trzebicky Rudolf, Dr. †
Warczewski Józef
Wicherkiewicz Bolesław, Dr. †
Wiedeńskie Ochot. Tow. Rat.
Wilczek Jan, Dr. †
Zapałowicz Władysław, Dr. †
Zaruski Mariusz, †
Zawadzki Józef, Dr. †

Członkowie Założyciele Towarzystwa:

Arcybractwo Miłosierdzia
Automotor S. A.
Bank Komercjalny
Bank Kupiectwa Polskiego
Ban Wiedeński Związkowy
Bank Wschodni
Bank Ziemski Kredytowy
Bannet Arnold, Dr. †
Bannetowa Teofila †
Bannet Regina †
Baworowski Jerzy
Burtan Stanisław i Ska
Cyankiewicz Józef
Deiches Adolf, Dr.
Drukarnia Narodowa
Dyrekcja Kolei Państwowych
Estreicherowa Elżbieta
Fabryka maszyn roln. Odlew
Fabryka sody amoniakalnej
Fanto S. A.
Fabryka Portland cementu
Fischer Ferdynand
Gmina Miasta Krakowa
Goldman Stanisław †
Grobler Alojzy
Groblerowa Róża
Hartwig C. — T. A.
Jerzmanowska Anna †
Kalecki Eugeniusz
Kasa Oszczęd. M. Krakowa

Klasztor OO. Redemptorystów
Kolej Północna
Krajewski Władysław
Krakowska Spółka Tramwajowa
Krak. Zakłady Graficzne i Wyd.
Kraus Julian Dr.
Liban i Ehrenpreis
Lubański Stefan
Macharski Franciszek †
Macharski Leopold †
Marcinkowski Włodzimierz
Neuser Dr. Prof.
Oświęcimski Tadeusz Mgr.
Perlberger i Schenker
Piasecki Adam †
Polski Glob
Polskie Tow. Handlowe
Potocki Andrzej Dr. †
Rolle Karol Inż.
Rutkowski Maksymilian Dr.
Schneider Edward
Sejm Krajowy b. Galicji
Siemieńska Helena
Sokolnicki Inż. †
Sponer Franciszek
Spółka Fakturowa
Sulisławski Romuald
Szostak Józef
Tow. Wzajemnych Ubezpieczeń
Wawel S. A.
Wicherkiewicz Bolesław Dr. †
Zachaczewska Irena

Członkowie Dożywotni:

Boziewicz Marian Dr.
Dropiowski I. M.
Filippi Tadeusz
Finder Salomon Mgr.
Götz Antoni
Kinzi Henryk
Lobbe Bolesław
Markus Jakób
Orzechowski Bronisław
Ost Aleksander
Przeworski Mieczysław Dr.
Reifer Tadeusz Dr.
Schneider Ludwik Dr.
Stankiewicz Franciszek
Syrop Jakób Dr.
Szneidrowa Maria
Wachtel Henryk
Wielarska Irena
Wielawska Zofia
Wildstosser Michał Inż.
Winiarz Tadeusz

PIERWSZA POMOC W NAGŁYCH WYPADKACH PRZED PRZYBYCIEM LEKARZA.

Przede wszystkim i w ratownictwie obowiązuje stara zasada Hipokratesa „primum non nocere" — przede wszystkim nie szkodzić! Każdy zatem ratujący winien pamiętać, że stosować należy wszelkie zabiegi i środki z myślą, iż zabieg zbędny lub źle wykonany więcej może ratowanemu przynieść szkody, niż pozostawienie go aż do przybycia lekarza bez pomocy.

Najpierwszym wskazaniem jest **umiejętne przeniesienie lub przewiezienie** uległego wypadkowi do miejsca, w którym pomoc zostanie mu udzielona. Oczywiście w tych nielicznych większych miastach posiadających zorganizowane Pogotowia Ratunkowe sprawy udzielania pierwszej pomocy i przewożenia nie przedstawiają żadnych trudności, ale w większości naszych miast i wsi radzić trzeba sobie samemu. Przenoszenie chorych uskutecznia się za pomocą noszy, — zwykłe nosze składają się z mocnych drążków, między którymi rozpięte jest dobrze przymocowane płótno brezentowe. Nosze zastępcze łatwo można w potrzebie skonstruować z 2 mocnych drążków odpowiedniej długości, między którymi rozpinamy duży worek, koszulę z grubego płótna, palto zapięte na guziki, prześcieradło itp., wkońcu nawet szeroka deska służyć może za nosze. Gdy chodzi o przewiezienie chorego na dalszą odległość, to najlepiej nadaje się do tego celu wóz drabiniasty wymoszczony słomą lub sianem, na którym układamy chorego, tak samo można użyć do tego wymoszczony słomą czy sianem samochód ciężarowy lub osobowy. Przewożąc jednak chorego musimy pamiętać, że **przed przewiezieniem kończyny złamane muszą być unieruchomione,** zaś przewóz chorych z krwotokami wewnętrznymi, ranami brzucha ostrym zapaleniem wyrostka robaczkowego (ślepej kiszki), ciążą pozamaciczną itp. musi się odbywać bardzo **ostrożnie bez wstrząśnień!**

Ważnym środkiem ratowniczym jest stosowanie **sztucznego oddechania** — wykonuje się je w przypadkach uduszenia, zaczadzenia, zatruć gazem świetlnym, powieszenia, utonięcia, porażenia prądem elektrycznym czy od pioruna, a stosuje się je tak długo, aż chory nie zacznie sam oddechać prawidłowo, trzeba je stosować nawet parę godzin! Przed przystąpieniem do sztucznego oddechania należy, o ile można, rozebrać chorego, a w każdym razie usunąć wszelkie szelki, podwiązki, gorsety, paski, usunąć z jamy

ustnej sztuczne zęby i wszelkie ciała obce, które mogły się tam dostać jak piasek, ziemia lub woda. Poszkodowanemu nie należy podawać żadnych napojów! **Stosowanie sztucznego oddechania dozwolone jest tylko w razie stwierdzenia braku oddechu.** Ratowanego kładzie się poziomo na plecy, pod łopatki wkładamy wałek ze zwiniętej części ubrania tak, aby głowa zwisała. Głowę należy obrócić na bok. Ratujący klęczy za głową zwrócony do niego twarzą, chwyta obydwa ramiona jego tuż nad łokciami od strony wewnętrznej i prowadzi je powoli ponad głową nieprzytomnego jak najniżej w dół (wdech). Po 2 sekundach obejmuje ratujący przedramiona od zewnątrz, tuż pod łokciami i prowadzi je w ten sam sposób co poprzednio spowrotem na przód klatki piersiowej i uciska ją silnie od przodu i boków (wydech). Zabieg ten należy powtarzać 8—10 razy na minutę. Sztuczne oddechanie należy stosować tak długo, aż wywoła się pożądany skutek albo aż lekarz stwierdzi niechybne oznaki śmierci. Nawet po kilkugodzinnych próbach może nastąpić skutek dodatni. Dobrze jest również unieść kąty żuchwy ku tyłowi i górze w czasie wykonywania sztucznego oddechu, gdyż u nieprzytomnych często język zapada się ku tyłowi i tamuje oddech. Oddechanie sztuczne można niekiedy zastąpić przez rytmiczne pociąganie języka. Język ujmujemy chustką i pociągamy go z lekka ku przodowi rytmicznie co 2—3 sekundy.

Stosowanie środków trzeźwiących wskazane jest przy osłabieniu działalności serca, omdleniach, ogólnym osłabieniu i wyczerpaniu. Dobrze działa tutaj skropienie twarzy i tułowia zimną wodą, podanie do wąchania amoniaku, podanie do wewnątrz 15 kropli nalewki walerianowej, anodyny, mocnej czarnej kawy względnie herbaty, rozcieranie ciała oraz rozgrzewanie nóg i rąk zapomocą butelek z gorącą wodą.

W wszelkiego rodzaju zatruciach przede wszystkim należy **jak najszybciej opróżnić żołądek.** W tym celu przez podrażnienie palcem podniebienia miękkiego względnie gardła powodujemy powstanie wymiotów — przedtem jednak należy podać choremu dużo letniej wody do picia z dodatkiem mydła. Wymiotów u nieprzytomnych, starców nie wolno wywoływać. Po tych ogólnych wskazówkach podajemy wskazówki szczegółowe ratowania

POMOC DORAŹNA W ZACHOROWANIACH NAGŁYCH.

OMDLENIA.

Omdlenie cechuje się utratą przytomności, bladością twarzy, powierzchownym oddechem, słabym tętnem. Chorego należy ułożyć poziomio, dolne kończyny i tułów wyżej, podać środki trzeźwiące, do wąchania amoniak, rozcierać ciało, ogrzewać ręce i nogi. W razie dłuższega trwania wezwać lekarza.

UDAR MÓZGOWY (APOPLEKSJA).

Objawy: twarz nabrzękła, wargi czerwono-sine, białka oczu przekrwione, oddech chrapliwy, nieprzytomność, często napięte tętno. Chorego należy ułożyć wysoko w półsiedzącej pozycji na łóżku, na głowę położyć worek z lodem, kąpiel gorąca na nogi i ręce, pijawki postawić za uszyma, lewatywa. Konieczna wczesna pomoc lekarska.

OTRUCIA.

Przy **zatruciach pokarmami** nieświeżymi jak rybą, kiełbasą, grzybami należy wywołać wymioty, poczym podać należy środek przeczyszczający.

Przy **zatruciach solami metali** np. sublimatem zastosować środki wymiotowe, podawać białko z mlekiem, nie podawać płynów w dużej ilości.

Przy **zatruciach kwasami** (esencja octowa, kwas solny itp.) podawać choremu do picia wodę wapienną, magnezję paloną, kredę z wodą, ług rozcieńczony, mydło, mleko, białko.

Przy **zatruciach ługami** (alkaliami) podawać rozcieńczone kwasy: kwasek cytrynowy, ocet winny, mleko.

Przy **zatruciu jodyną** podaje się mąkę rozbitą w wodzie lub mleku.

Przy **zatruciach alkaloidami** jak morfiną, atropiną, opium nasię ograniczyć przed przybyciem lekarza do wywołania wymiotów oraz podawania choremu napojów, zawierających garbniki, a więc odwar, kory dębowej, herbaty, taniny.

KRWOTOKI I OBRAŻENIA WEWNĘTRZNE.

Krwawienie z nosa — posadzić chorego z głową mocno ku tyłowi odchyloną, przykładać lód wzgl. zimną wodę na nos, czoło i kark, gdy krwotok po pewnym czasie nie ustaje, konieczna pomoc lekarza.

Krwioplucie i krwotoki płucne wymagają natychmiastowej pomocy lekarskiej. Chorego ułożyć na posłaniu wysoko w półsiedzącej pozycji, na przednią powierzchnię klatki piersiowej położyć worek z lodem wzgl. zimny okład, dawać połykać kawałki lodu, podawać lody lub zimne napoje, silnie osoloną wodę. Krew przy tych krwotokach bywa ciemno czerwona i pienista i występuje w związku z kaszlem.

Krwotoki żołądkowe występują w postaci ciemnych wymiotów krwawych i czarnych stolców smołowych. Chorego należy położyć poziomo na łóżku, dawać lód do połykania, położyć worek

z lodem na brzuch, zalecić zupełny spokój. Szybka pomoc lekarska konieczna.

Krwotoki hemoroidalne (z guzów krwawnicowych odbytnicy) skutkiem pęknięcia rozszerzonych żył powstające, tamuje się przez przykładanie okładów z zimnej wody.

Krwotoki z pękniętych żylaków podudzi tamuje się przez wysokie ułożenie kończyny i założenie zwykłego opatrunku uciskowego.

UDUSZENIA.

Uduszenia powstają skutkiem zatamowania dostępu powietrza do płuc przez zatkanie nosa i ust kneblem, poduszką, przez powieszenie, przez ucisk na klatkę piersiową np. przy zasypaniu ziemią itp. Przede wszystkim usunąć przyczynę, więc np. odciąć sznur na którym wisi powieszony, usunąć z jamy ustnej i nosa ciała obce, poczem na świeżym powietrzu stosować sztuczny oddech przynajmniej pół godziny.

UTONIĘCIA.

Przy ratowaniu tonących należy topiącego się dla własnego bezpieczeństwa chwycić od tyłu pod pachami albo pod brodę tak, aby nie mógł nas dosięgnąć rękami. O ile zaś zajdzie wypadek, że tonący nas uchwyci, wtedy nejlepiej odrazu znurkować pod wodę, a tonący nas puści wzgl. będziemy mieli ułatwioną z nim walkę. Po przybyciu na brzeg należy rozluźnić zaciskające części ubrania, palcami oczyścić usta z piasku i mułu, wyjąć sztuczne uzębienie. Następnie należy usunąć wodę z przewodu oddechowego przez ułożenie utopionego na brzuchu, uchwycenie za biodra i podniesienie w górę, przez co woda sama wyleci. Wkońcu przy braku oddechu zastosować sztuczny oddech tak długo, dopóki chory sam nie zacznie oddechać. Od sztucznego oddechania należy dopiero wtedy odstąpić, kiedy lekarz stwierdzi śmierć. Po odratowaniu chorego należy jak najcieplej okryć.

ZACZADZENIA—ZATRUCIA GAZEM ŚWIETLNYM.

We wszystkich wypadkach spowodować dopływ świeżego powietrza! Wynieść na wolne powietrze, albo otworzyć okna i drzwi. O ile nie oddecha lub oddecha słabo — stosować sztuczny oddech. Nieprzytomnym nie wlewać żadnych płynów. Dłonie i nogi rozcierać. Zatrutych gazami drażniącymi, żrącymi (chlorem, fosgenem, tlenkami azotu) uważać za ciężko chorych, pierwsze objawy występują często po godzinach. Po zatruciu takimi gazami zatrutych rozebrać i ubranie usunąć ,owinąć kocami i pozostawić w zu-

pełnym spokoju położywszy na wznak na plecach. W razie osłabienia serca podawać łyżeczkami gorącą czarną kawę lub herbatę z dodatkiem alkoholu. — Podawać tlen. Sztuczne oddechanie wzbronione.

PORAŻENIA SŁONECZNE (UDAR SŁONECZNY) I Z GORĄCA

Porażenie to spowodowane jest przegrzaniem organizmu podczas marszu lub pracy w polu w czasie upału i nasycenia powietrza parą wodną. Objawy: twarz czerwona, utrata przytomności, niekiedy wymioty, bóle głowy. Chorego umieścić w miejscu zacienionym, rozpiąć ubranie, obuwie i pończochy ściągnąć. Przy sinoczerwonej barwie twarzy głowę ułożyć wysoko, zaś przy bladej barwie ułożyć nisko. Zlewać ciało zimną wodą, na głowę lód, do picia zimna woda. Jeżeli chory nie oddecha — stosować sztuczny oddech.

DRGAWKI

Mogą one być rozmaitego pochodzenia. Najczęściej mamy do czynienia z padaczką (epilepsja, wielka choroba). Drgawki występować mogą również w chorobach nerek, cukrzycy, u kobiet ciężarnych i w czasie porodu, w tężcu, w zatruciu strychniną, u dzieci są często pierwszym objawem choroby zakaźnej. Jedynym ratunkiem tutaj jest pozostawienie chorego w zupełnym spokoju, pod głowę podłożyć miękkie przedmioty, ubranie, między szczęki włożyć korek lub kawałek drzewa, aby zapobiec skaleczeniu języka. Wezwanie lekarza konieczne — przyczyny drgawek mogą być bowiem rozmaite.

II. POMOC DORAŹNA WE WSZELKIEGO RODZAJU URAZACH

Celem ratownictwa urazów tj. uszkodzeń zewnętrznych jest danie uległemu wypadkowi osobnikowi warunków pozwalających mu jaknajprędzej wrócić do pracy i oszczędzić mu niepotrzebnych cierpień. Do tego celu prowadzi założenie prawidłowego opatrunku i dostarczenie szybkie rannego do szpitala względnie lekarza.

RANY

Ran nie należy dotykać! Nawet rany zanieczyszczonej nie należy obmywać wodą karbolową lub sublimatem! Natomiast należy o ile możności posmarować otoczenie rany 5% jodyną, potem ranę natychmiast opatrzyć! Czym? Tylko wyjałowionym, suchym, gotowym do doraźnego użycia opatrunkiem lub gazą wyjałowioną,

nigdy watą i zawiązać opaską. Skoro brak wyjałowionego opatrunku należy ranę zostawić otwartą aż do udzielenia pomocy przez lekarza, skrzepów krwi nie usuwać!

Tylko przy ranach powierzchownych wystarcza opatrunek elastycznym plastrem z gazą. — Zranioną część ciała należy przy nakładaniu opatrunku unieść w górę, szczególnie gdy rana krwawi mimo założenia opatrunku. Przy większych a zwłaszcza głębszych ranach i przy wszystkich ranach w okolicy stawów głównie na palcach i w okolicy stawu kolanowego, zaleca się zawsze wezwać lekarza, w przeciągu 6—8 godzin od chwili wypadku. Odnosi się to też do każdej choćby najmniejszej rany skoro wystąpi ból, połączony z kłuciem lub pulsowaniem.

KRWOTOKI

Rana skutkiem swej głębokości może sięgać naczyń krwionośnych i wywoływać krwawienie. Jeśli krew płynąca jest ciemna świadczy to o skaleczeniu żyły i wystarcza wtedy założenie opatrunku uciskowego z większą ilością gazy i waty, mocno uciśniętą zapomocą bandaża. — Krew barwy jasno czerwonej tryskająca z rany, niekiedy silnym łukiem, świadczy, że mamy do czynienia z uszkodzeniem tętnicy. Przy zranieniu mniejszej jakiejś tętniczki wystarczy i tutaj nieraz zwyczajny opatrunek uciskowy, przy zranieniu jednak większej tętnicy trzeba dokonać **ucisku tętnicy zawsze powyżej miejsca krwawienia.** W tym celu znajdującą się powyżej rany kończynę zginamy jak najbardziej i trzymamy ją w tym położeniu przywiązując opaską lub chustką, albo jeżeli to nie wystarcza zaciskamy tętnicę przez okrężne założenie opaski gumowej, szelek itp. na obnażonym ramieniu czy udzie. Jeżeli takie zaciśnięcie jest niemożliwe, uciskamy tętnicę oboma równolegle obok siebie położonymi dużymi palcami: na ramieniu wewnętrzną stronę ramienia, na nodze tylko w środku pachwiny. Pamiętać jednak należy, że ucisk taki, tamując całkowicie dopływ krwi, może przy dłuższym zastosowaniu wywołać zgorzel (gangrenę) podwiązanej kończyny. **Najpóźniej po upływie godziny zwolnić zaciśnienie,** jednak przy dalszym upływie krwi natychmiast kończynę z powrotem zacisnąć. Pomoc lekarska w tych przypadkach konieczna. Jeżeli nie można zatamować krwi w żaden z powyżej podanych sposobów szczególnie przy utracie kończyn, należy spróbować zatamować przez ucisk chustką, szmatą, częścią ubrania itp.

ZŁAMANIA KOSCI I ZWICHNIĘCIA

Wszędzie tam gdzie kość długa uległa złamaniu lub nastąpiło w stawie zwichnięcie, nawet gdy zachodzi tylko podejrzenie.

należy kończynę daną unieruchomić przez **założenie opatrunku unieruchamiającego.** Do tego celu służą szyny z drutu, deszczułki, gruba tektura; szyny należy dobrze umocować opaskami, chustami, powrósłem itp. W żadnym wypadku nie należy ciągnąć za złamaną kończynę ani próbować ją naprostować czy nastawić zwichnięcia. Szyny należy tak zakładać, aby **unieruchomić także sąsiadujące z miejscem złamania stawy.** Ramię unieruchamia się przez założenie jednej szyny, nogę zaś za pomocą 2 szyn. Jeżeli nie ma szyn gotowych można zastępczo unieruchomić ramię za pomocą temblaka (trójkątnej chustki). Przy złamaniu nogi jako szyn można użyć deszczułek, drążków, lasek itp. Jeżeli tych przedmiotów nie ma należy złamaną nogę przywiązać do zdrowej. Przy złamaniach kości połączonych z ranami (złamania otwarte, skomplikowane) najpierw należy opatrzyć ranę a następnie ułożyć na szynie. W wypadku uszkodzenia kręgosłupa należy ułożyć chorego na płaskim, twardym podłożu (desce, drzwiach wyjętych itp.), nie podnosić chorego, ponieważ zachodzi niebezpieczeństwo uszkodzenia rdzenia pacierzowego. Unieruchomienie obojczyka polega na zawieszeniu odnośnej górnej kończyny na temblaku i przybandażowaniu ramienia do klatki piersiowej. W zwichnięciach nie należy robić prób z nastawianiem, ale unieruchomić kończynę, robić na chory staw zimne okłady i bezzwłocznie szukać pomocy lekarskiej.

CIAŁA OBCE

Ciała obce w nosie są wprowadzane najczęściej przez dzieci w czaise zabawy. O ile nie wypadną przy kichaniu, siąkaniu czy kaszlu, należy się zwrócić o pomoc do lekarza.

Ciał obcych z ucha nie należy starać się usunąć za pomocą jakichkolwiek narzędzi, gdyż można uszkodzić błonę bębenkową. Można jedynie usuwać za pomocą przepłukiwania strzykawką używając do tego letniej wody. O ile w przewodzie znajduje się groch lub jakieś ciało pęczniejące od wody, należy przedtem wlać do ucha trochę gliceryny.

Ciała obce w gardle i krtani usunąć można zgiąwszy głowę ku ziemi i drażniąc gardło palcem lub piórkiem, względnie uderzając chorego po karku. Gdy to nie pomoże pomoc lekarska natychmiast konieczna.

Ciała obce w przełyku i żołądku mogą uwięzgnąć przy jedzeniu, chory czuje wtedy ból i nie może przełykać. Należy podawać wtedy do jedzenia püré ziemniaczane, rozgotowane kasze

i pić wodę w dużej ilości, aby to ciało otoczone miazgą pokarmową mogło przejść przez przewód pokarmowy nie uszkadzając go. W każdym wypadku należy zgłosić się do lekarza, który ewentualnie zarządzi zbadanie za pomocą promieni Rentgena.

USZKODZENIA OCZU

Oba oczy — także nieuszkodzone — zawiązać opatrunkiem doraźnym, czystą chustką do nosa. Przy oparzeniach wapnem, kwasem, amoniakiem itp. oko natychmiast przemyć przy użyciu większej ilości wody. Powieki należy przytem rozszerzyć względnie wywrócić przy użyciu palca dużego i wskazującego. Trzeć oka w żadnym wypadku nie można, gdyż przytem ulega zranieniu rogówka i prowadzić to może do dalszych komplikacji — najlepiej udać się do okulisty.

OPARZENIA I ODMROŻENIA

Oparzenia powstają skutkiem działania na skórę ognia, płynów gorących, pary wodnej, płynów żrących jak kwasy, ługi itp. Przy drobniejszych oparzeniach należy rany opatrzyć opatrunkiem doraźnym, gazą wyjałowioną lub specjalnym opatrunkiem przeciwko oparzeniom, — nie należy stosować pudru, oliwy, tłuszczów ani maści. Ostatnio stosowane są okłady z 5% roztworu tanniny. Pęcherzy oparzelinowych nie należy nacinać. Przy większych oparzeniach nie stosować wogóle żadnego opatrunku, tylko zawinąć chorego w prześcieradło, nakryć kocem, aby nie tracił zbyt dużo ciepła i w takim stanie dostarczyć najszybciej do szpitala. Przy oparzeniach ługiem i kwasami należy oparzone miejsca dokładnie umyć natychmiast przy użyciu dużej ilości wody celem rozcieńczenia płynu żrącego. Przy **oparzeniu ługiem** należy dodać do wody małą ilość kwasu bornego, winnego cytrynowego lub octu jadalnego, przy **oparzeniach kwasem** dodajemy roztworu amoniaku lub mydła i następnie dopiero opatrujemy jak wyżej podano.

Przy **odmrożeniach** pamiętać należy,, że zmarznięte członki łamią się łatwo! Należy je ostrożnie nacierać śniegiem lub zimną wodą. Zmarzniętego nie wnosić do ciepłej izby, ale też przy silnym mrozie nie zostawiać na polu. Spowodować powolne ogrzanie. Po zaczerwienieniu okolicy odmrożonej wskutek nacierania nakładamy opatrunek jak przy oparzeniu.

PORAŻENIE PRĄDEM ELEKTRYCZNYM I OD PIORUNA

Natychmiast przerwać prąd przez wyłączenie głównego wyłącznika albo przez wyjęcie stopek lub przy aparatach ruchomych przez wyjęcie wtyczki. Jeżeli prądu nie można wyłączyć, to ratujący w celach odizolowania się powinien stanąć na suchym drzewie, na kilku ułożonych na sobie szybach, owinąć ręce chustkami albo częściami odzieży, lub ściągnąć porażonego drewnianym drągiem.. Ratujący winien się wystrzegać dotykać częściami swego ciała równocześnie porażonego i części metalowych albo podłogi, która jest dobrym przewodnikiem (podłoga w stajni, piwnicy, łazience). Przy stwierdzeniu braku oddechu zastosować **natychmiast na miejscu** sztuczne oddechanie, nie używać tlenu! Nie transportować, tylko w każdym razie natychmiast rozpocząć próby sztucznego oddechania, albowiem pierwsze minuty są nadzwyczaj ważne! Powyższe odnosi się także do rażonych piorunem. Oparzenia opatrywać jak przy zwyczajnych oparzeniach.

APTECZKA PODRĘCZNA.

Środek, sposób użycia i wskazanie:

20 gr jodyny — zapomocą wacika, owiniętego na patyczku, posmarować tylko brzegi ran

5 sztuk opasek muślinowych różnej szerokości — do bandażowania

2 paczki po 1/4 metra² gazy wyjałowionej — do bezpośredniego nakrycia ran

1 tubka waseliny borowej — maść do smarowania przy lekkich oparzeniach, odparzeniach, owrzodzeniach

100 gr waty hygroskopijnej — do opatrunków

1/4 m ceratki wzgl. papieru pergaminowego — do okrycia okładu

rolka przylepca — do opatrunków mniejszych

Alacet wzgl. tabletki octanu glinowego 10 sztuk — do okładów 1 tabl. na szklankę wody

30 gr. amoniaku — na wacie do wąchania podawać przy omdleniach, zatruciach alkoholem

30 gr. nalewki walerianowej — 20—30 kropli z wodą w przypadłościach nerwowych, sercowych

30 gr. nalewki Inoziemcowa — 15—20 kropli przy dolegliwościach żołądkowo-jelitowych

20 pastylek aspiryny — 1—3 tabl. dziennie w zaziębieniach

100 gr. wody utlenionej — 1 łyżka stołowa na szklankę wody do płukania gardła, do dezyfenkcji ran

100 gr. soli gorzkiej lub oleju rycynowego — 1 łyżkę stołową (dla dorosłych) środek przeczyszczający.

Pierwszej pomocy w nagłych wypadkach udziela w dzień i w nocy

POGOTOWIE RATUNKOWE

K. O. T. R.

Kraków, Potockiego L. 19. Telefon 548-88.

Okres wylęgania (utajony) ostrych chorób zakaźnych

CHOROBA	Długość wylęgania
Błonica	2—7 dni
Cholera	2—5 dni
Czerwonka	3—8 dni
Dur brzuszny	2—4 tygodnie
Dur wysypkowy	10—21 dni
Grypa	1—6 dni
Jaglica	różna
Koklusz	5— 6 dni
Odra	9—11 dni
Ospa wieczna	13—17 dni
Ospa naturalna	10—14 dni
Plonica	3—11 dni
Przymiot	20—25 dni
Róża	12—61 godzin
Różyczka	—28 dni
Rzerzączka	2— 8 dni
Świnka	4—14 dni
Tężec	2—20 dni
Wąglik	2— 3 dni
Wścieklizna	14—kilku mies.
Wrzód miękki	12—48 godzin
Zapalenie opon nagminne	3—13 dni
Zimnica	6—21 dni

Przeciętny wzrost i waga dzieci do 15-go roku życia.

Wyciąg z tablic Pirqueta, Ferra i innych

Wiek	Chłopcy		Dziewczynki	
	waga w kg	wzrost w cm	waga w kg	wzrost w cm
Poród	3.48	50	3.24	49
1 miesiąc	4.4	54	4.1	53
2 miesiace	5.3	57	4.8	56
3 ,, ...	6.2	60	5.7	59
4 ,, ...	6.8	62	6.3	61
5 ,, ...	7.3	64	6.9	63
6 ,, ...	7.9	66	7.4	65
7 ,, ...	8.5	68	7.8	67
8 ,, ...	8.9	70	8.2	69
9 ,, ...	9.2	71	8.5	70
10 ,, ...	9.5	72	8.8	71
11 ,, ...	9.9	74	9.4	73
12 ,, ...	10.2	75	9.7	74
13 ,, ...	10.45	76	9.95	75
14 ,, ...	10.7	77	10.2	76
16 ,, ...	10.95	78	10.45	77
17 ,, ...	11.20	79	10.7	78
18 ,, ...	11.45	80	10.95	79
19 ,, ...	11.7	81	11.2	80
20 ,, ...	11.95	82	11.45	81
22 ,, ...	12.2	83	11.7	82
23 ,, ...	12.45	84	11.95	83
2 lata	12.7	85	12.2	84
3 ,, ...	14.7	93	14.2	92
4 ,, ...	16.5	99	15.7	98
5 ,, ...	18.0	104	17.0	103
6 ,, ...	20.5	109	19.0	107
7 ,, ...	23.0	115	21.0	113
8 ,, ...	25.0	120	23.0	118
9 ,, ...	27.5	125	25.0	123
10 ,, ...	30.0	130	27.0	128
11 ,, ...	32.5	135	29.0	133
12 ,, ...	35.0	140	32.0	139
13 ,, ...	37.5	145	37.0	146
14 ,, ...	41.0	151	43.0	153
15 ,, ...	45.0	157	48.0	158

Tablica wyrzynania się zębów w warunkach normalnych.

A) Zęby mleczne

Dwa środkowe siekacze dolne	w	6—8 mies.
4 siekacze górne, z początku środkowe, potem boczne		10—12 "
4 pierwsze zęby trzonowe oraz siekacze boczne dolne, wyrzynają się w porządku następującym: naprzód dwa przednie trzonowe górne, potem 2 boczne siekacze dolne i w końcu 2 przednie trzonowe dolne		15—18 "
4 kły — naprzód 2 górne potem 2 dolne		18—24 "
4 drugie trzonowe		30—36 "

B) Zęby trwałe

pierwsze trzonowe duże wyrzynają się	w	6—7 roku
4 siekacze środkowe		7—8 "
4 siekacze boczne		8—9 "
4 pierwsze trzonowe małe		9—11 "
4 drugie trzonowe małe		10—11 "
4 kły		11—13 "
4 trzonowe duże		12—14 "
4 zeby mądrości		17—25 "

Tabela ciśnienia krwi

Wiek	Płeć	Max.
4—6	Mężczyzni i kobiety	75—90
6—12	" "	90—93
12—15	" "	93—98
15—17	" "	98—105
17 20	" "	105—115
20—35	Mężczyźni	115—120
35—45	"	120—130
45-60	"	130—140
60—70	"	140—170
20-35	Kobiety	105—115
35—45	"	115—120
45—70	"	120—150

Obliczenie normalnej wagi człowieka według Nordens
Długość ciała mierzoną w cm pomnożyć przez 455.

Dzienne zapotrzebowanie człowieka: 78—80 gr białka, 50—60 gr tłuszczu, 400—500 gr węglowodanów = 2500—3000 kaloryj. 1 5 kg chleba żytniego razowego zaspakaja całodzienne zapotrzebowanie człowieka.

Skład i wartość kaloryczna najważniejszych pokarmów w stanie gotowym do spożycia obliczone na 100 gramów danego pokarmu.
(wg. Schall-Heislera)

	Białko	Tłuszcz	Węglowod.	Kalorie
Mięso wołowe	32	8.2	0,4	210
" cielęce	28	4,5	0,0	155
" wieprzowe	23,5	34,0	—	410
Kura	34,2	3,8	—	176
Karp	17,2	0.8	--	78
Mleko pełne	3,1	3,5	4,7	65
Śmietanka	3,0	15.0	3,5	165
Twaróg	16,0	1,1	3,8	90
Jajo	5,5	5,2	0,3	72
Masło	0,5	82,0	0,5	765
Smalec	—	96,0	—	910
Płatki owsiane	12,5	6,0	65.0	375
Mąka	0,5	—	82,0	340
Biały chleb	5,5	0,5	56,5	260
Ziemniaki	2,0	—	21,0	90
Cebula	1,0	—	8,0	35
Zielona sałata	1,0	—	2,0	15
Kapusta kiszona	1,0	—	4,0	20
Pomidory	0,5	--	3,5	15
Jabłka	0,5	0,7	12,0	55
Borówki	1,0	1,8	7,0	40
Orzechy	11,5	52,5	11,0	580
Cytryna	0,5	5,4	8,0	70
Pomarańcza	0,5	1,4	12,0	55

Tablica zawartości witamin w pokarmach.

(0 = bez witamin, + = mierna zawartość witamin, ++ = duża zawartość witamin puste miejsce = zawartość nie ustalona)

w 100 gramach pokarmu miligramów witaminy					
	A	B[1]	B[2]	C	D
Agrest	++	+	+	25	0
Białko jaja kurzego . .	0	+	0,3	0	0
Borówki				15	
Buraki czerwone . . .		0,13		8	
Cebula	0,07	0,07		5	
Cytryna	+	+	+	75	0
Drożdże	0	25	3—4	0	0
Fasola gotowana . . .	++	0,05	+	1—6	0
Gruszki	0	0,08	0,05	1—4	0
Jabłka surowe	0	0,08	0,03	2—15	0
Kartofle gotowane . .	0—+	0,05	++	4—15	0
Kapusta kwasz. surowa	0	0,1	++	2—5	0
" gotowana . .	0	0,1	+	2—3	0
Marchew	2—4	0,1	++	0—5	0
Masło latem	8—20	0	0,008	0	0,0004
Mleko pełne	0,5	0,1	0, 2	0 5—2	0,0002
Ogórki	0,2	0,07	0,004	6—8	0
Orzechy	0,05	0,36	+	0	0
Piwo	0	0,002	0,055	0	0
Pomarańcze	0,003	0,07	0,05	50—100	0
Pomidory	1,6—2,5	0,07	0,01—0,2	13—30	0
Porzeczki czerwone . .	++	+	+	8—16	0
Rzodkiewka		0,11	0,02	23—25	
Sałata	6—24	1,5—2	++	5—15	0
Ser	±	0,05	+	0	
Śledź	+++	+			0,00014
Śliwki	0,1	0,08	+	8,3	0
Szpinak surowy	8—24	0,15	0.1	8—120	0
„ gotowany . .				1,3	
Szprotki	+++	+			++
Tran	4—200	0	0	0	00,4—0,4
Wątróbka surowa . . .	7—40	0,27—0,6	1,7 4	++	
Winogrona	0	0—+	+	3,2—5	0
Żółtko jaja kurzego . .	4—20	0,25—0,5	0,4	0	0,02
Żytni chleb 75% . . .	0	0,12	0,4	0	0

GOSPODARKA POKARMOWA USTROJU I HIGIENA ODŻYWIANIA.

Trawienie pokarmów polega na rozkładaniu tworzących je ciał chemicznie złożonych na ciała prostsze, tworzące z wodą roztwory łatwo ulegające wessaniu w jelitach. Rozkład tych ciał odbywa się pod działaniem fermentów, produkowanych przez gruczoły trawienne, a znajdujących się w ślinie, soku żołądkowym, soku trzustkowym. Fermentami albo enzymami nazywamy ciała chemiczne, które obecnością swoją powodują procesy chemiczne, same w nich jednak udziału nie biorą; każdy taki ferment działa tyko na pewne ciała w ściśle określony sposób.

Pokarmy nasze zawierają **składniki nieorganiczne: wodę i sole mineralne,** i **składniki organiczne: węglowodany, tłuszcze i białka.** Wszelkie pokarmy, aby zostały w przewodzie pokarmowym przez ścianę jelit wessane, muszą być rozpuszczone wodą. Zawartość też wody w naszych tkankach wynosi średnio 50%, **a zapotrzebowanie jej dzienne przez dorosłego człowieka wynosi około 2—3 litrów.** Sole mineralne wynoszą około 4% wagi ciała. Pobieramy je we wszelkich pokarmach zwłaszcza roślinnych ponad potrzebę. Ponieważ są one przeważnie rozpuszczalne w wodzie, więc wraz z wodą mogą być bez specjalnej przeróbki w jelitach wessane. **Trawieniu zatem podlegają głównie organiczne składniki pokarmów.** Z nich najprostszą budową chemiczną mają węglowodany, ciała złożone z węgla, wodoru i tlenu, a będące głównymi składnikami pokarmów mącznych, jarzyn, owoców i cukrów. Przemiana tych węglowodanów na ciała prostsze odbywa się pod wpływem fermentów, znajdujących się w ślinie i soku trzustkowym i prowadzi do ciała, zwanego glukozą, która dostawszy się do krwiobiegu jest zużywana głównie w mięśniach i stanowi główne źródło energii cieplnej i mechanicznej organizmu. Utlenienie czyli spalenie 1 gr glukozy daje 4,1 kalorii.

Człowiek dorosły potrzebuje około 400 gr węglowodanów jako materiału opałowego. Nadmiar węglowodanów zostaje zmagazynowany w wątrobie i mięśniach w postaci tzw. glikogenu, częściowo zostaje przerobiony na tłuszcz, stąd też nadmiar pokarmów mącznych i słodkich sprzyja tyciu.

Wszystkie tłuszcze dopiero pod wpływem żółci, produko-

wanej przez wątrobę, i soku trzustkowego ulegają rozkładowi na tzw. kwasy tłuszczowe i jako takie dopiero przechodzą przez ścianki jelit do naczyń chłonnych i krwi. Przy spalaniu się tłuszczu wywiązuje się więcej ciepła, niż przy węglowodanach. 1 gr tłuszczu daje bowiem 9,3 kalorii. Produktami utleniania się (spalania) tłuszczów są podobnie jak i przy węglowodanach bezwodnik węglowy (CO_2) i woda, ale spalenie tłuszczu wymaga większej ilości tlenu i wytwarza też więcej bezwodnika węglowego. **Najbardziej skomplikowaną budowę chemiczną mają białka.** Składnikami ich są węgiel, wodór, tlen, azot, siarka i często fosfor. Przy trawieniu ulegają one rozszczepieniu na związki prostsze tzw. **peptony i kwasy aminowe**, nie tylko aby mogły być wchłonięte i dostać się do krwi, ale i dlatego, że obce białka jako takie nie mogą być wprowadzone do krwiobiegu ze względu na ich trujące działanie. Rozkład białek odbywa się też pod wpływem fermentów, produkowanych przez żołądek pepsyny i podpuszczki, i produkowanej przez trzustkę trypsyny. Ostateczny produkt rozkładu białek — aminokwasy wchłaniają się w jelicie cienkim, a z dostarczonych z krwią aminokwasów żywe komórki ustroju budują znowu, ale sobie już właściwe, białka. Białka też są zużywane przez ustrój jako opał, jednak pod tym względem są małowartościowe. **1 gr białka daje 4 kalorie.** Mniej więcej 4/5 ciepła zużywanego dziennie wytwarza ustrój przez spalenie węglowodanów i tłuszczu, zaś tylko 1/5 przez spalenie białka. Ostateczne produkty spalenia białka: mocznik i woda, są usuwane z ustroju głównie przez nerki a częściowo przez skórę, zaś ostateczne produkty spalenia węglowodanów i tłuszczów: bezwodnik węglowy (CO_2) i woda, są wydalane przez nerki, płuca i gruczoły potne skóry. Tak wygląda w ogólnym zarysie praca chemiczna przewodu pokarmowego.

W skład naszych pokarmów wchodzą też jeszcze inne związki chemiczne, niezbędne dla utrzymania zdrowia, a występujące w minimalnych ilościach. Ciałami tymi są **tzw. witaminy życiowy**, występujące w jajkach, mleku, maśle, serze, tranie, pomidorach, marchwi, owocach itp. Są to związki chemiczne o swoistym działaniu fizjologicznym, niezbędne dla prawidłowego funkcjonowania organizmu. Każdy witamin, a liczba ich z każdym, rzec można, dniem się zwiększa, ma swoje w ustroju pole działania jak wpływ na wzrost, na naczynia krwionośne, na przemianę cukru, na gospodarkę wapniową itp. Brak jednego lub kilku witamin przejawia się jako odpowiednie schorzenie ustroju. Dlatego ustrój dojrzały potrzebuje stałego dowozu witamin. Obok powyżej wymienionych składników pożywienia, które stanowią materiał na

budowę ciała względnie materiał opałowy, w skład naszych pokarmów wchodzą też ciała zwane **używkami,** które też są ważne i niezbędne dla należytego odżywienia. Ciała te działają na cały układ nerwowy, a zwłaszcza na nerwy rządzące pracą trawienia, dodane w małej ilości do potraw pobudzają apetyt i wywołują odruchowe pobudzenie czynności gruczołów trawiennych. Do ciał tych należą chrzan, czosnek, kminek, imbier, cynamon, pieprz itp. korzenie, kawa i herbata, tytoń, wkońcu i alkohol — o szkodliwym ich działaniu przy nadużywaniu wszystkim dobrze wiadomo.

Pożywienie nasze musi zatem być ilością i składem swym dostosowanym do potrzeb organizmu, niedożywianie zmniejsza energię, wydajność pracy i odporność organizmu, odżywianie zbyt obfite jest znowuż szkodliwe, gdyż powoduje złą przemianę materii i zaburzenia przewodu pokarmowego. Ustalenie przeciętnych norm odżywiania opieramy na obliczeniach ilości ciepła, jakie organizm spotrzebowuje i wartości ciepłotwórczej (kalorycznej) pokarmów, a z obliczeń tych poznajemy dopiero jaka ilość i jakiego pożywienia powinna być dziennie pobierana dla uzupełnienia utraconego przez organizm ciepła. W naszych warunkach i klimacie zależnie od wykonywanej pracy człowiek dorosły spotrzebowuje przeciętnie 2500 do 3000 kalorii dziennie. Pokarm obok energii cieplnej musi dostarczyć organizmowi materiału na jego budowę, a do tego celu nadaje się głównie białko. Zapotrzebowanie dzienne białka przez ustrój dorosły wynosi 70—80 gr (mniej więcej 1 gr na 1 kg wagi), co daje około 400 kalorii. Zapotrzebowanie tłuszczu w naszych warunkach wynosi 50—60 gr, co daje około 500 kalorii. Resztę potrzebnych 2000 kalorii pokrywają węglowodany w ilości około 500 gr dziennie. Na podstawie wyżej przytoczonych ilości dziennego zapotrzebowania białka, tłuszczu i węglowodanów i znając wartość ciepłotwórczą pokarmów w kaloriach, możemy z łatwością układać nasze codzienne menu. Cały nadmiar pobranych w pożywieniu kalorii pozostaje w ustroju w postaci równoważnej ilości tłuszczu, ponieważ tłuszcz wytwarzać się może ze wszystkich składników odżywczych. Nadmiar energii cieplnej w pożywieniu dobowym człowieka okazać się może łatwo, zwłaszcza, gdy jest ono bogate w tłuszcz, a zupełnie niespostrzeżenie przy spożywaniu napojów alkoholowych dzięki wysokiej wartości kalorycznej alkoholu (1 litr piwa posiada 450 kal., kieliszek wódki 120—150 kal.). Spożywanie napojów wyskokowych sprzyja też bardzo gromadzeniu się tłuszczu. Gromadzeniu się zapasów tłuszczu w organizmie sprzyja też przy jednakowym pożywieniu wyższa ciepłota

otoczenia i ograniczenie ruchu i pracy fizycznej. U ludzi upatruje się prócz tego usposobienie do tycia. Jednak tłuszcz nie może powstać z niczego, może wytworzyć się tylko z nadmiaru tłuszczów lub węglowodanów pożywienia. Jeżeli istnieją jakieś różnice w zdolności do tycia, to tkwią one raczej w różnicach łaknienia, pewnej ospałości fizycznej, niechęci do ruchu i pracy fizycznej. Jak niespostrzżenie mogą się wytwarzać zapasy tłuszczu daje pojęcie obliczenie, że podanie człowiekowi średniej wagi, niewykonującemu żadnej pracy fizycznej i wyzwalającemu 2400 kalorii na dobę, pożywienia o wartości 2650 kal. czyli o 250 kal. więcej — a więc np. o 28 gr tłuszczu lub 63 gr węglowodanów ponad potrzebę, pociąga za sobą przyrost na dobę 28 gr, a na rok około 10 kg tłuszczu.

Najlepszą kontrolą należytego odżywiania jest waga. Człowiek dorosły może uważać za wagę normalną tę, którą posiadał w pełni zdrowia pomiędzy 25—30 rokiem życia i powinien się starać, aby odchylenia od tej wagi nie przekraczały 2—3 kg. Naogół można powiedzieć, że w okresie wzrostu i wczesnej młodości większe niebezpieczeństwo przedstawia niedożywianie, a w miarę starzenia się coraz szkodliwszym staje się jego przekarmianie. Dzisiejszy nasz sposób odżywiania się jest jedną z głównych przyczyn mnożących się chorób. Zatraciliśmy naturalny instynkt w wyborze pożywienia, a nadto wywierają w tym względzie bardzo duży wpływ warunki ekonomiczne, w jakich szerokie masy ludności zwłaszcza miejskiej, żyją. Skutkiem tego nieodpowiedniego odżywiania się, szerzą się nagminnie choroby cywilizacyjne jak próchnica zębów, choroby przewodu pokarmowego, przemiany materii, awitaminozy. Odżywianie bowiem jest jednak skomplikowanym procesem biologicznym. Z gleby, wody i powietrza przy pomocy energii słonecznej budują rośliny swoje związki organiczne: białka, węglowodany, tłuszcze, witaminy, fermenty, barwniki, olejki itp. konieczne do utrzymania życia zwierząt i ludzi. Brak tych różnych związków w pożywieniu wywołuje zaburzenia i choroby. Zatem i w zakresie odżywiania musimy wrócić do więcej naturalnego, najmniej przez przyrządzanie zmienionego pożywienia. Pokarm powinien pochodzić z rodzimych roślin i zwierząt, do których organizm nasz w ciągu wieków się przystosował. Stwierdzono np. że mleko krów rasy holenderskiej zawiera mniej wapnia i fosforu od mleka krów rasy czerwono polskiej i przez to może usposabiać nasze dzieci do gruźlicy i krzywicy. Dalej pożywienie nasze powinno mieć odpowiednio wielką zawartość drzewnika (celulozy) i w ogóle ciał obciążających. Dopiero bowiem te obciążające, nie ulegające stra-

wieniu części pokarmów umożliwiają normalne funkcjonowanie narządu pokarmowego, gdyż wypełniając go, drażnią mechanicznie i wzmagają wydzielanie soków trawiennych, pobudzają ruch robaczkowy jelit i wywołują dłuższe uczucie nasycenia. Dzisiaj przeważnie eliminujemy te części z naszego pożywienia jedząc biały chleb i bułki, w ogóle pokarm zbyt strawny w nadmiarze. i narażamy się przez to na niedomagania w postaci wzmożenia fermentacji gnilnych i zaparcia stolca. Dlatego pożywienie musi być mieszane — składać się ź dużej ilości jarzyn i owoców zwłaszcza w stanie surowym, będących też głównym źródłem witamin. W zimie, gdy brak świeżych roślin, źródłem witamin jest kapusta kiszona i ziemniaki gotowane w łupkach. Wartościowym też pokarmem są wszystkie narządy wewnętrzne zwierząt, gdyż zawierają liczne hormony, w które spożywana głównie tkanka mięsna (tzw. mięso) jest bardzo uboga. Aby odżywianie nasze było możliwie zdrowe, musimy dbać o zdrowie otaczającej nas przyrody, której jedno z ogniw tworzymy, uprawiając odpowiednio glebę, by rodziła zdrowe rośliny, będące niezbędnym warunkiem zdrowia zwierząt i ludzi.

Dbać wkońcu musimy o regularność odżywiania i dobry rozkład posiłków. Zbytni pośpiech w jedzeniu, połykanie potraw zbyt gorących i kęsów dokładnie niepogryzionych szkodzi. rozdrobnienie należyte pokarmu i przemięszanie go ze śliną jest ważne dla dalszego procesu trawienia. Dlatego też i stan naszego uzębienia ma ogromne znaczenie dla przebiegu procesu trawienia nie mówiąc już o znaczeniu jakie ma dla całego organizmu, gdy zepsute zęby mogą być źródłem różnorodnych i ciężkich zakażeń.

Pamiętajmy zatem — należyte odżywianie jest jednym z podstawowych warunków zdrowia!

PRZED CZY PO JEDZENIU?

Dawniejsze lecznictwo przywiązywało wielką wagę do kwestii przyjmowania leków w odpowiedniej i przepisanej dawce. Pytanie ,,przed czy po jedzeniu" stanowiło dla niego jedno z zasadniczych zagadnień. Stąd każda apteka przed kilkunastu jeszcze laty opatrywała wydawane lekarstwa najbardziej szczegółowymi opisami, dotyczącymi ich przyjęcia. Podawano na kopii porę dnia, w której lek miał być przyjmowany, wyszczególniano minuty przed czy po jedzeniu, określając dokładnie dawkę i ilość leku. Łączyło się to z przekonaniem, że nie tylko sam lek, ale i dobrze odmierzona dawka i przede wszystkim odpowiednio w ciągu dnia rozmieszczone spożycie leków, wywiera dopiero pożądany skutek. Miało to zastosowanie oczywiście wówczas, kiedy nie znano jeszcze specyfików i gotowych preparatów, wytwarzanych seryjnie przez fabryki i wytwórnie farmaceutyczne, a lekarstwa trzeba było przyrządzać w aptekach.

Dziś lekarz, aptekarz i pacjent mają niewątpliwie ułatwioną pracę. Pacjent w większości wypadków dostaje gotowy specyfik w oryginalnym opakowaniu: na etykiecie jest już wydrukowany sposób użycia z dopiskiem ,,o ile lekarz nie przepisał inaczej".

Nie zawsze jednak lekarz daje szczegółowy przepis, a pacjent często zapomni jego wskazówki. Czy można żądać od lekarza, aby braki pamięci pecjentów uzupełniał szczegółowymi, pisemnymi wskazówkami? Wtedy powstaje pytanie: ,,przed czy po jedzeniu".

Odpowiedź na to pytanie nie jest trudna, gdy znana jest zawartość głównych składników leku. Obowiązują pewne stałe zasady, których ważność jest niezależna od przypadku chorobowego. Te właśnie ogólne zasady pragniemy w krótkości podać.

Łączenie przyjmowania lekarstw z godzinami posiłków ma tylko czysto zewnętrzne znaczenie i w przeważnej części wypadków nie posiada wpływu na oddziaływanie lecznicze. Przy pewnych preparatach hormonowych i witaminowych ważniejszą od pory dnia jest regularność w spożyciu. Śniadanie, obiad, podwieczorek czy kolacja stanowią dla chorego odstępy czasu, które mają mu przypominać obowiązek przyjmowania leku. Podobnie

regularne przyjmowanie leków winno być ściśle przestrzegane przy środkach moczopędnych albo wzmacniających krążenie krwi. To samo odnosi się do leków branych w chorobach żołądka, dla uspokojenia systemu nerwowego, a także uśmierzenia długotrwałych bólów spastycznych.

Inaczej przedstawia się sprawa przy środkach nasercowych wytwarzanych z naparstnicy. W tym wypadku należy się liczyć nie tylko z samym ich zbawiennym wpływem, ale także drażniącym oddziaływaniem ich na błonę śluzową żołądka.

Nowsze syntetyczne preparaty, które tak znakomicie chronią nas przed najprzeróżniejszymi infekcjami — przede wszystkim wszystkie preparaty sulfanilamidowe, z tych samych względów winny być brane po jedzeniu. Zaniedbanie tej zasady przy użyciu wielu środków wykrztuśnych, może wywołać objawy nudności i inne niepożądane skutki. Nie powinno się również w przypadłościach żołądkowych używać przed jedzeniem aromatycznych gorzkich środków, takich jak piołun, mięta pieprzowa, kminek, koper włoski. Oddziaływanie lecznicze tych środków następuje bowiem dopiero najwcześniiej 15—20 minut po spożyciu pokarmu, to też środki takie muszą być spożywane na krótko przed jedzeniem, podczas gdy kwas solny i pepsyna najpóźniej podczas posiłku, aby mogły skutecznie pomóc trawieniu.

Skrupulatnego uwzględnienia wymaga fakt, że pewne środki wzmacniające i kojące przez połączenie się z potrawami tracą swoje pierwotne właściwości. Na tym fakcie opiera się istniejący zwyczaj picia wód mineralnych tylko rano na czczo oraz dwie godziny przed wieczerzą. To samo odnosi się do picia herbatek leczniczych, bez względu na ich specyficzne działanie. Trudniejsze niewątpliwie jest rozstrzygnięcie czasu przyjmowania leków, które zawierają różnorodne części składowe. W tych wypadkach należy stosować się bezwzględnie do wskazań lekarza.

W związku z przyjmowaniem leków w postaci tabletek należy pamiętać, że pewne substancje są nierozpuszczalne i nie należy ich rozpuszczać w wodzie, gdyż na dnie powstanie osad, który trzeba łyżeczką wydostać, w innych wypadkach znowu roztwór taki wskutek np. goryczy staje się nie do zażycia. To też najlepiej połykać całe tabletki, względnie podzielone na mniejsze części i ewentualnie zawinięte w opłatek i popić obficie wodą.

ZNACZENIE PIERWSZEJ POMOCY W NAGŁYCH WYPADKACH.

Zagadnieniem znaczenia i organizacji pierwszej pomocy w nieszczęśliwych wypadkach, zdarzających się zarówno w miastach wskutek zmotoryzowania ruchu ulicznego i uprzemysłowienia ich, jak i po wsiach przy pracy na roli i w lasach, zajmowano się u nas od dawna. Za wzorem Krakowa, który pierwszy na ziemiach polskich jeszcze w r. 1891 zapoczątkował akcję niesienia pierwszej pomocy ludności miasta, powstają Towarzystwa Ratunkowe we Lwowie, Warszawie, Poznaniu, Łodzi, Wilnie, Lublinie, Białymstoku, Bielsku, a ostatnio w Bydgoszczy, Częstochowie i Wrocławiu. Przed wojną też powstaje „Polski Komitet do Spraw Ratownictwa i Pierwszej Pomocy Lekarskiej w Wypadkach Nagłych oraz Stacyj Ratunkowych w Polsce", który bierze udział w międzynarodowych kongresach ratownictwa i należy do Międzynarodowego Komitetu do spraw ratownictwa z siedzibą w Amsterdamie, wydaje też miesięcznik p. t. Doraźna pomoc lekarska. Sprawa istnienia Towarzystw Ratunkowych w Polsce była przed wojną oparta w zupełności na filantropii osób prawnych i fizycznych obywateli, którzy z poczucia samarytańskiego swiadczą i pracują na podstawie statutów, zatwierdzonych przez władze administracyjne. Z poczucia miłosierdzia zainteresowuje się wypadkiem ulicznym ten, kto go pierwszy zauważa, z obowiązku służba bezpieczeństwa, która najczęściej nie zawsze jest na miejscu, względnie w pobliżu wypadku, a wzywa się Ochotnicze Towarzystwo Ratunkowe, które z poczucia samarytańskiego spełnia to, co nazwaćby można obowiązkiem miasta czy gminy. Zatem **dotychczasowy stan udzielania pierwszej pomocy lekarskiej w nagłych i nieszczęśliwych wypadkach jest zależny od dobrowolnych zobowiązań różnych instytucji o charakterze społecznym.** Coraz szybsze tempo naszego zmechanizowanego życia zwiększa ilość wypadków, powodujących śmierć, cięższe lub lżejsze okaleczenia ciała i jako następstwa trwałe lub przejściowe kalectwo. Dlatego też i obecnie problem ratownictwa w nagłych wypadkach nie tylko nie stracił swego społecznego znaczenia, ale przybrał na wadze i wymaga odpowiedniego ustosunkowania się do niego władz i społeczeństwa. Należytym zro-

zumieniem ważności tego zagadnienia jest ogłoszona niedawno w Polskim Tygodniku Lekarskim praca dr W. Dżułyńskiego pt. Znaczenie pierwszej pomocy w leczeniu następstw wypadków, w szczególności w zapobieganiu zakażeniom przyrannym. Autor w wyżej cytowanej pracy stwierdza, że organizacja pierwszej pomocy w Polsce wykazywała przed wojną niejednokrotnie zaniedbania i błędy, które zwiększały liczbę ofiar śmiertelnych i trwale niezdolnych, względnie przedłużały okres leczenia, potęgując straty społeczne i gospodarcze. Według danych statystycznych, które autor zebrał ze zgłoszonych wypadków śmiertelnych i ciężkich uszkodzeń pracowników, podlegających społecznemu ubezpieczeniu wypadkowemu w latach 1933—1934, na ogólną ilość 1722 takich wypadków zaledwie w 35.6% dostarczono pomocy na miejscu wypadku, w 22,5% dostarczono pomocy poza miejscem wypadku, w 32.6% brak było zapisków, zaś **w 9.3% nie udzielono w ogóle żadnej pomocy.** Braki organizacyjne pierwszej pomocy w nagłych wypadkach uwydatniają się jeszcze bardziej, gdy się zważy, że na 2197 wypadków 73.4% zdarzyło się w zabudowaniach zakładów pracy, a zaledwie 23.6% w terenie, — zatem w przeważającej większości wypadków udzielenie pierwszej pomocy nie powinno było przysporzyć żadnych technicznych trudności. — Również **sposób przewiezienia poszkodowanych był bardzo często nieodpowiedni,** gdyż tylko 26.7% przewieziono karetką pogotowia ratunkowego, a więc środkiem przewozowym jedynie odpowiednim do przewożenia ciężko rannych, natomiast 12.8% przewieziono przygodnym wozem, 7.4% opuściło miejsce wypadku o własnych siłach, nie zdając sobie sprawy z grożącego im niebezpieczeństwa, a w 31.4% brak było odpowiednich danych.

Obrażenia odnoszone w czasie wypadku należą najczęściej do zakresu chirurgii, dlatego też ważną tutaj jest rzeczą szybkość udzielenia pierwszej pomocy w sposób właściwy przez ustalenie trafnego rozpoznania i zastosowanie właściwego leczenia. Obrażenia te zależą od czynnika, który je wywołał, od siły jego zadziałania, od czasu jego działania i od okolicy ciała, na którą głównie zadziałanie urazu było skierowane. Mogą zatem być stłuczenia, przerwanie łączności tkanek w postaci ran ciętych, dartych, kłutych, tłuczonych, postrzałowych, złamania kości, podstawy czaszki, wstrząsy mózgu i t. p.

Ale też obok tych obrażeń z zakresu chirurgii mogą powstać uszkodzenia wywołane szkodliwym zadziałaniem ciepła, światła, elektryczności, dalej zatrucia zawodowe wywoływane najczęściej środkami chemicznymi stosowanymi w przemyśle fabrycznym,

urazy psychiczne i t. p. **Większość uszkodzeń w nagłych wypadkach stanowią jednakowoż wszelkiego rodzaju rany, — każda zaś najmniejsza nawet rana stanowi otwarte wrota dla wtargnięcia do ustroju zarazków chorobotwórczych** i może być powodem powstania miejscowego, a nawet i ogólnego zakażenia organizmu. Niebezpieczeństwo zakażenia rany jest tym większe, im łatwiejszy jest dostęp zarazków i im mniej odporny na zakażenie jest organizm danego osobnika. Zarazki dostają się do rany bądź bezpośrednio przy zranieniu, bądź później z otoczenia, gdyż bakterie chorobotwórcze tak są rozpowszechnione w naszym otoczeniu, że stwierdza się je na przedmiotach codziennego użytku, w produktach spożywczych, w kurzu ulicznym i pokojowym, a nawet na wybrzeżach morskich. Wtórne zakażenie rany może zatem powstać niezależnie od właściwego i w odpowiednim czasie założonego opatrunku. Badania wykazały, że **okres wylęgania zakażeń przyrannych wynosi 6—8 godzin,** zatem po upływie tego czasu nawet operacyjne usunięcie uszkodzonych tkanek nie zabezpiecza przed zakażeniem. Zakażenia przyranne mogą stanowić groźne dla życia powikłania, a nawet łagodny ich przebieg przedłuża zawsze okres leczenia i może doprowadzić do trwałego upośledzenia czynności dotkniętego narządu. **Wtargnięciu zarazków do rany można przeciwdziałać przez założenie opatrunku,** zatem **im wcześnei opatrzy się ranę — tym mniejsze jest prawdopodobieństwo jej zakażenia.** Ze statystyki angielskiego inspektora fabryk wynika, że po usprawnieniu udzielania pierwszej pomocy w nagłych wypadkach, liczba zakażeń przyrannych zmalała od r. 1924 do r. 1929 z 2% do 0.25%, zatem **przez celowe zorganizowanie pierwszej pomocy w nagłych wypadkach można zapobiec zakażeniom przyrannym względnie ograniczyć je do wyjątków,** a tymsamym uchronić uszkodzonych przed kalectwem a nieraz i śmiercią.

Bardzo doniosłe znaczenie na przebieg schorzenia pourazowego ma też niejednokrotnie sposób przewiezienia poszkodowanego po wypadku, jak i okoliczność czy przewiezienie do szpitala odbyło się przed czy też po opatrzeniu rany. Przewożenie poszkodowanych przygodnymi samochodami czy wozami, używanymi do celów gospodarczych, naraża chorego na ból, pogorszenie stanu odniesionego uszkodzenia i może ułatwić zakażenie ran. — W końcu wielkie znaczenie w tej dziedzinie ma uświadomienie najszerszych warstw społeczeństwa o znaczeniu korzystania z pierwszej pomocy w każdym chociażby nawet lekkim uszkodzeniu ciała, o właściwej jej organizacji, pozwalającej w wielu wypadkach uniknąć groźnych dla życia i zdrowia powikłań.

CO NALEŻY WIEDZIEĆ O GRUŹLICY

Gruźlica jest chorobą zakaźną — o tym przede wszystkim musimy pamiętać, aby nie przenosić zakażenia dalej na ludzi zdrowych. Jest ona jedną z najczęściej w całym świecie występujących chorób, u nas częściej niż w krajach zachodnich, obecnie zaś po ostatniej wojnie rozszerzenie się jej przybrało wprost katastrofalne rozmiary. Ponieważ jest ona ściśle związana z dobrobytem ludności, atakuje przeto najbardziej społeczeństwa na niskim poziomie bytowania pozostające, natomiast już przed wojną w państwach bogatych jak w Szwecji, Danii, Holandii, w Ameryce zaobserwowano spadek ilości zachorowań. Dane statystyczne podają, że około 25% wszystkich ludzi ulega zakażeniu gruźlicą przeważnie w postaci gruźlicy płuc, u nas obecnie Wydział Walki z gruźlicą oblicza ilość chorych na gruźlicę na 800—1200 tysięcy. — Przed wojną obliczano straty gospodarcze kraju z powodu gruźlicy na 6 miliardów złotych rocznie. — Gruźlica zatem jako choroba zakaźna musi być wywoływaną przez jakiś zarazek — **zarazkiem tym jest prątek gruźlicy, odkryty w r. 1882 przez Roberta Kocha.** Gruźlica jako jednostka chorobowa znaną już była oddawna i opisaną jeszcze przez zmarłego w r. 1672 lekarza F. de la Böe Sylviusa. — Odróżniamy trzy typy prątków gruźliczych: ludzki, bydlęcy i ptasi, zmiany jednak wywoływane przez nie w tkankach są identyczne i charakterystyczne tylko dla gruźlicy. Prątki te są bardzo odporne na działanie różnych środków bakteriobójczych, na wyschnięcie, dlatego dłuższy czas mogą utrzymywać swą żywotność w prochu i wilgoci, słońce natomiast szybko je zabija. Prątki żywe jak i obumarłe zatruwają ustrój jadem. Należy wiedzieć, że **gruźlica nie jest chorobą dziedziczną** — dzieci osób chorych na gruźlicę przychodzą na świat zdrowe, a jedynym ich upośledzeniem jest mniejsza odporność na zakażenie niż u dzieci osób zdrowych, dlatego też dzieci takie należy zaraz po urodzeniu oddzielić od zakażonych rodziców i umieścić w zdrowym środowisku.

Zarażenie się gruźlicą dokonywa się najczęściej od człowieka do człowieka przez wdychiwanie prątków gruźliczych, które przy kaszlu człowiek chory rozpyla w powietrzu, a które unoszą się w nim w postaci drobnych kropelek — jest to z. zw. **zakażenie**

kropelkowe. Ale zakazić można się też przez używanie wspólnych naczyń kuchennych, przedmiotów użytku codziennego jak książki, zabawki, ubrania, pościel itp. Po dostaniu się do dróg oddechowych prątki mnożą się miejscowo, a równocześnie przedostają się też do krwiobiegu i w ten sposób rozsiewają się po całym ustroju. Po kilkutygodniowym okresie bez żadnych objawów chorobowych zwanym okresem wylęgania, występują pierwsze objawy choroby po 4—8 tygodniach od zakażenia, wtedy kiedy organizm zdołał się już na prątki i wytwarzane przez nie jady uczulić. Ustrój zakażony gruźlicą oddziaływuje na pewne czynniki odmiennie niż ustrój niezakażony — to właśnie **specjalne oddziaływanie ustroju zakażonego nazwał Pirquet uczuleniem, allergią gruźliczą.** Później to określenie rozciągnięto i na szereg innych chorób w przebiegu których organizm inaczej oddziałuje na różne czynniki, jak pokarmy, leki, pyłki roślinne itp., aniżeli zdrowy organizm. Na tym uczuleniu zakażonego gruźlicą organizmu oparł Pirquet (lekarz francuski) swą **metodę rozpoznawania zakażenia gruźliczego zwaną próbą Pirqueta.** Polega ona na tym, że u badanego osobnika wykonuje się tylko zadraśnięcie naskórka i w tym miejscu rozprowadza się kroplę tuberkuliny. **Tuberkulina** jest przesączem bulionu, na którym hodowano prątki gruźlicze, **zawiera zatem tylko wyprodukowane przez prątki jady.** Po kilkunastu godzinach w miejscu zadraśnięcia wytwarza się zaczerwieniony guzek, który świadczy o zakażeniu gruźlicą badanego osobnika — mówimy wtedy o odczynie dodatnim. Tuberkulina, podkreślam, nie zawiera prątków żywych i dlatego też **próby tuberkulinowe są zupełnie nieszkodliwe dla ustroju,** a są, jeżeli chodzi o dzieci, jedynym sposobem pewnego rozpoznawania zakażenia gruźlicą. Dodatni odczyn Pirqueta u niemowląt i dzieci małych świadczy zawsze o gruźlicy czynnej , natomiast u dzieci starszych i dorosłych jest dowodem, że organizm przebył zakażenie, ale nie mówi nic czy choroba w danej chwili ma postać czynną czy też jest już wyleczoną. Dlatego u dzieci starszych i dorosłych tylko ujemny odczyn ma duże rozpoznawcze znaczenie, gdyż wyklucza tło gruźlicze schorzenia. Z uczuleniem powstaje też w zakażonym organizmie od początku choroby **uodpornienie przeciwko prątkom,** prątki ulegają niszczeniu i niekiedy dochodzi nawet do całkowitego ich zniszczenia i wyleczenia zakażenia. Fakt powstawania w organizmie zakażonym uodpornienia wykorzystał do zapobiegania zakażeniom gruźliczym prof. Calmete i Guérin stosując **szczepienia ochronne.** Podobne szczepienia stosowane od lat przymusowo przeciwko ospie doprowadziły do całkowitego wygaśnięcia tej choroby w Europie. Wyżej

wymienieni zastosowali **podawanie doustne niemowlętom** w ciągu pierwszych 10 dni życia **szczepionki zawierającej prątki gruźlicze t. zw. B. C. G.,** żywe, ale osłabione w swojej jadowitości dzięki specjalnej metodzie hodowania ich na sztucznych pożywkach. Efekt tego osłabienia jadowitości prątków jest ten, że nie są one już w stanie wywołać w organiźmie dziecka zmian gruźliczych, ale posiadają jeszcze zdolność pobudzenia go do wytworzenia specjalnych ciał ochronnych czyli uodpornienia go przed zakażeniem gruźlicą w przyszłości. **U starszych dzieci stosuje się szczepienia ochronne prątkami B. C. G. podskórnie.** Według urzędowej statystyki udało się prof. Calmette obniżyć śmiertelność niemowląt paryskich dzięki tym szczepieniom ochronnym z 30% na 2%. Wyniki osiągane tą metodą są idealne, jeżeli się zważy, że nawet w Danii, gdzie śmiertelność z gruźlicy w Europie przed wojną była najniższa, dochodziła ona jednak u niemowląt do 8%. Dlatego należy zrozumieć, że dzisiaj cały ciężar walki z gruźlicą skierowany być musi do walki z gruźlicą dzieci i że celem najważniejszym w tej walce jest nie tylko zwalczanie istniejącej już choroby, ile raczej **zapobieganie jej przez wzmożenie odporności dzieci przede wszystkim zapomocą masowych szczepień ochronnych szczepionką B. C. G.** a dalej dopiero przez podniesienie stopy życiowej rodziców, lepsze odżywianie, zapewnienie lepszych, jaśniejszych i hygieniczniejszych mieszkań itp. Musimy zatem wiedzieć, że **szczepienia ochronne B. C. G. nie są niebezpieczne dla zdrowia i życia niemowlęcia i nie należy się ich obawiać, lecz należy je bezwzględnie stosować!**

W miejscu dostania się prątków gruźlicznych do dróg oddechowych i ich rozmnożenia się powstaje t. zw. **ognisko pierwotne,** wielkości ziarnka prosa do wielkości orzecha, równocześnie też **ulegają powiększeniu gruczoły chłonne płuc** wskutek przedostania się do nich prątków z ogniska pierwotnego. Komórki tych ognisk jak i gruczołów obumierają, poczem następuje zserowacenie tych ognisk, nazwane tak z powodu podobieństwa tworzącej je masy do sera. Dalszy przebieg zmian zależy od wytworzonej odporności organizmu. Jeżeli odporność jest dostateczna, to te serowate ogniska zostają otoczone tkanką łączną i odcięta zostaje ich łączność z tkanką płucną, a zamknięte w ten sposób prątki mogą żyć w tych ogniskach całymi latami i ustrój nie wykazuje żadnych objawów chorobowych. Jeżeli zaś wytworzona odporność jest niedostateczna, wówczas ogniska serowate rozszerzają się, następuje ich rozpad i powstają t. zw. jamy płuc. Zakażenie gruźlicze może się też drogą naczyń krwionośnych, otaczających drzemiące ogniska, przedostać do innych zdrowych

tkanek i narządów, i w braku uodpornienia wywołać powstanie chorób gruźliczych jak wysiękowe zapalenie opłucnej, zapalenie otrzewnej, zapalenie opon mózgowych, gruźlicę kości i stawów itd. Walka społeczna z gruźlicą dzieli się na akcję **zapobiegawczą i leczniczą.** W rozszerzaniu się jej odgrywają dużą rolę przede wszystkim **warunki społeczne** jak zły stan odżywienia, niekorzystne warunki mieszkaniowe, niedostateczne uświadomienie społeczeństwa, **warunki pracy zawodowej** jak wykonywanie jej w niehygienicznych warunkach, w prochu, w ciemnych, źle przewietrzanych ubikacjach, młynach, szlifierniach; — **wiek,** najwięcej zagrożony jest wiek niemowlęcy i pierwsze lata życia, później lata między 15 a 30 rokiem życia; — wkońcu **zmniejszona odporność organizmu** występująca w przebiegu wyniszczających chorób zakaźnych, przy cukrzycy, w wieku pokwitania, w ciąży, u alkoholików, u osobników z odziedziczoną lub nabytą skłonnością, ułatwiającą zakażenie się gruźlicą. W naszych warunkach, w których nie mamy możności podniesienia stopy życiowej ludności do takiego stopnia, aby gruźlica zatraciła swój charakter społeczny, **główny nacisk kładziemy na akcję zapobiegawczą.** Ponieważ zakażenie gruźlicze najłatwiej atakuje wiek niemowlęcy, okresy wczesnego dzieciństwa i okres dojrzewania, i stanowi podstawę późniejszych zachorowań, przeto akcja zapobiegawcza musi przede wszystkim otoczyć szczególną opieką dzieci i młodzież. Do tej akcji zapobiegawczej należy zakładanie żłóbków, ochronek, przedszkoli, ogródków jordanowskich, półkolonii i kolonii letnich, dokarmianie dzieci w szkołach, fabrykach, zakładanie szkół na otwartym powietrzu itp. Wszystkie te urządzenia mają na celu wzmożenie nieswoistej odporności osobników narażonych na zakażenie. Do dalszej akcji zapobiegawczej należy wytwarzanie uodpornienia swoistego przy pomocy szczepień ochronnych BCG. wszystkich niemowląt, w ogóle akcją tą należałoby objąć całą młodzież do 25 roku życia. Wkońcu akcja zapobiegawcza ma na celu zapobieganie czynnemu jak i biernemu zakażeniu przez odosobnianie w szpitalach i sanatoriach chorych prątkujących, aby uchronić zdrowe otoczenie chorych przed zakażeniem, lub też usuwanie ze środowiska zagruźliczonego osobników podatnych na zakażenie. Obok akcji zapobiegawczej ważnym działem walki z gruźlicą jest leczenie chorych zarówno ambulatoryjne w przychodniach jak i leczenie zakładowe w szpitalach i sanatoriach. Zarówno akcja zapobiegawcza jak i lecznicza muszą być ściśle ze sobą związane i nie mogą obejmować jednego tylko odłamu czy klasy społecznej, gdyż gruźlica nie zna granic, ale muszą być prowadzone jednocześnie na terenie miast i wsi. Lecz-

nictwo nie zna specyficznego środka leczniczego przeciwko gruźlicy. Spokój cielesny i duchowy, hygieniczny tryb życia, odpowiednio dobre odżywianie, bogate w białko i tłuszcze, skrupulatnie przeprowadzane leżakowanie przez wiele tygodni w suchych, górzystych, bez mgieł i wiatrów, dobrze nasłonecznionych okolicach — oto główne czynniki lecznicze. W leczeniu szpitalnym obok leczenia objawowego stosuje się leczenie zapomocą zakładania sztucznej odmy i leczenie chirurgiczne zapomocą zabiegu zwanego torakoplastyką. Oba sposoby polegają na unieruchomieniu schorzałego płuca i przez to szybszym gojeniu się zmian gruźliczych.

Specjalnie wielkie znaczenie kładziemy na zapobieganie, ponieważ zakażenie gruźlicze następuje przede wszystkim w wieku dziecięcym i stanowi podstawę późniejszych zachorowań. Usunięcie na czas dzieci z otoczenia zakażonej rodziny czy domowników, możliwie najwcześniejsze umieszczanie chorych z otwartą gruźlicą w sanatoriach, uświadamianie i pouczanie chorych przez dostatecznie liczne poradnie przeciwgruźlicze stanowią wytyczne walki z gruźlicą. Sami chorzy muszą pamiętać, aby nie szerzyć zakażenia przez nieodpowiednie zachowanie się — przy kaszlu muszą dbać, aby innym w twarz nie kaszleć, plwocinę odpluwać do spluwaczek napełnionych 2% roztworem wodnym sody względnie do specjalnych spluwaczek kieszonkowych, dbać o jak największą czystość osobistą. Bieliznę chorych przed praniem należy zdezynfekować przez 2-godzinne moczenie w 2% roztworze kresolu. Podłogę należy zamiatać na mokro, aby uniknąć wzbijania się kurzu w powietrze. Aby dopiąć swego celu **akcja zapobiegawcza musi objąć swymi badaniami i szczepieniami masy.** Społeczeństwo musi być przygotowane do takiej zbiorowej i masowej akcji, musi być czynnie w nią wprzągnięte i musi zrozumieć potrzebę ponoszenia dodatkowych ciężarów na rzecz walki z gruźlicą.

ZAPOMNIANE ŚRODKI LECZNICZE.

Piwo na równi ze starszym od siebie winem stanowiło przez długie wieki uznany przez oficjalną wiedzę lekarską środek leczniczy, wchodziło aż do XIX stulecia do urzędowych lekospisów, posiadało na półkach aptek osobne słoje do przechowywania z napisem „Cerevisia". Dzisiaj o własnościach leczniczych zwłaszcza piwa zupełnie zapomniano. Od czasu do czasu zdarzy się tylko, że lekarz zaleci pacjentowi picie piwa dla celów odżywczych. Bez porównania dłużej utrzymała się natomiast wiara w wartość leczniczą piwa w medycynie ludowej zwłasczza w krajach alpejskich. Jeszcze teraz stosuje się tam zupę piwną jako środek zapobiegawczy i leczniczy w katarach, chrypkach, kokluszu, grypie. Zwłaszcza szeroko stosowane jest piwo jako środek na poty. Zupę przyrządza się następująco: 1/2 litra piwa zagotowuje się z cynamonem i dodaje się do wrzątku żółtko roztarte z dwoma łyżkami cukru i kilku łyżkami mleka..

Bez porównania wcześniejsze i szersze zastosowanie w lecznictwie miało wino i właściwości jego jako środka wzmacniającego i pobudzającego utrzymały się aż do dnia dzisiejszego. Jego szlachetniejsze odmiany stosuje się i jako napój wzmacniający dla chorych i jako podstawę względnie dodatek do przyrządzania leków.

Piwa zwyczajne czy też o charakterze leczniczym warzono przeważnie w dawnych czasach w domu. Oprócz tego klasztory, wielkie fundacje, niejednokrotnie miasta zajmowały się warzeniem piwa na większą skalę, z czego z czasem powstały wielkie browary. W Krakowie w wiekach średnich szczególnym wzięciem cieszyło się piwo świdnickie, krakowskie, korczyńskie. Warzono wtedy to piwo, jak mówiono „z pszennej jagody", chmielu i wody, a smakowały dobrze, sądząc z zapisków Długosza: „nic nadeń lepszego nie ma do pokrzepienia ciała; jest ono nie tylko rozkoszą mieszkańców, lecz i cudzoziemców —— wybornym smakiem więcej niż w innych krajach zachwyca". Było ono przeźroczyste, barwy zielonkawej o smaku winnego kwasku. Od wieku XVII zastąpiono przy wyrobie piwa pszenicę jęczmieniem. Niektóre z piw np. krakowskie dwuraźne, a zwłaszcza grodziskie

uchodziło za lecznicze. W XVIII wieku wchodzi coraz więcej w użycie piwo czeskie zwyczajne oraz piwo angielskie (porter), które wypierają piwa krajowe. Jedyny wyjątek stanowiło piwo grodziskie eksportowane nawet na zachód, które po dawnemu cieszyło się wzięciem jako lecznicze. Pisze o nim Kitowicz w „Opisie obyczajów" z 1883 r. następująco: „jest to piwo cienkie i smakowite, głowy nie zawracające, doktorowie we wszystkich chorobach, w których zabraniają wszelkich trunków pacjentowi, grodziskie piwo pić pozwalają, owszem w pewnych chorobach pić je każą". A w Historii Naturalnej X. Ładowskiego z 1804 r. czytamy „piwo jest bardzo zdrowym napojem i lubo wino prędzej żywi, piwo jednak mocniej... Owszem pewna jest z doświadczenia, że wino bardziej zdrowie psuje niż piwo, zwłaszcza w tych krajach gdzie piją piwo nie podlegają często podagrze ani chragrze, niżeli w innych".

Główną cechą średniowiecznych piw leczniczych było silne przyprawianie ich korzeniami, dla uchronienia przed skwaśnieniem dodawano obficie różnych aromatycznych gorzkich ziół jak piołunu itp. Znane więc były piwa: rozmarynowe, któremu przypisywano właściwości wzmacniające serce, mózg i skuteczne przeciw melancholii; czosnkowe skuteczne przeciw kolce, cierpieniom piersi i wątroby; lawendowe wzmacniające skórę, kręgosłup i nerwy. Na katar żołądka i rany zewnętrzne skuteczne były według ówczesnych lekarzy piwa cynamonowe. Niektóre z tych piw rzeczywiście miały działanie lecznicze, gdy zważymy, że t. zw. piwo przeciwszkorbutowe zawierało wyciągi z świeżych pomarańczy, chrzanu itp. a więc zawierało witaminy znajdujące się obficie w soku pomarańczowym i chrzanie.

Obecnie znajdują się na rynku piwa lecznicze o wartościach odżywczych, zawierające słaby procent alkoholu, bogate natomiast w ekstrakt słodowy. Są to wszystko piwa dietetyczne. Wszelako czasy dawnych, silnie aromatycznych, przeważnie bardzo gorzkich, drastycznie działających piw korzennych i ziołowych należą bezpowrotnie do przeszłości.

NOWY ŚRODEK OWADOBÓJCZY D.D.T. W ZWALCZANIU TYFUSU PLAMISTEGO I MALARII.

Środek ten, którego nazwa chemiczna brzmi dichloro-diphenyl-trichloroetan, a nazwa użytkowa D.D.T. powstała jako skrót z pierwszych liter powyższej, nie jest właściwie środkiem nowym, gdyż syntezy jego dokonano w r. 1874, lecz dopiero w 1940 r. badania p. Müllera w Szwajcarii a zwłaszcza badaczy amerykańskich wykazały nadzwyczajną jego moc owadobójczą i dowiodły jego wyższości nad innymi, dawniej znanymi, podobnymi substancjami. Jest on substancją bezbarwną i pozbawioną zapachu, prawie nierozpuszczalną w wodzie a rozpuszczalną w nafcie, olejach roślinnych i w większości rozpuszczalników organicznych. Nie odpycha owadów i **nie zabija ich niezwłocznie** — śmierć następuje **po kilku minutach albo nawet po kilku godzinach.** Cząsteczki tego środka są wchłaniane przez narządy dotykowe, umieszczone na końcach czułek i zaczepiają się na ośrodkach nerwowych owada, skutkiem czego owad wkrótce zaczyna pociągać nóżkami, zjawiają się drżenia i drgawki, które kończą się śmiercią, często owad próbuje uciec i zdycha gdzie indziej. Stosowany jest **w postaci proszku,** w którym związek ten zmieszany jest z jakimś proszkiem obojętnym np. talkiem czy krzemianem glinu w rozmaitym stosunku, przeważnie 10% DDT i 90% substancji obojętnej, a przeznaczony jest do odwszawiania, i **w postaci rozczynów,** które bywają używane do pokrywania powierzchni wodnych w walce przeciwko komarom i do pokrywania ścian mieszkań w celu niszczenia dorosłych komarów, much i pluskiew. Ponadto używa się takich rozczynów w rozpylaniach przeciw wszom ciała i świerzbie, przeciw wszom łonowym i głowowym, do impregnowania odzieży i bielizny przeciwko wszom, do rozpylania przeciwko komarom przy pomocy samolotów. Najważniejszą właściwością DDT jest to, że nie działa trująco na człowieka ani nie powoduje żadnego podrażnienia skóry — dlatego **osobnik odwszawiany nie ponosi żadnego ryzyka zatrucia,** jak tego dowodzi brak wypadków wśród milionów ludzi, którzy używali tego środka. W walce przeciwko wszom okazał się w zupełności skutecznym, jakkolwiek nie ma własności zabijania ja-

jeczek, jednorazowe jego zastosowanie może wystarczyć do wykorzenienia pasożytów, biorąc pod uwagę, że okres składania jajeczek wszy trwa krócej niż dwa tygodnie, a nigdy dłużej niż 3 tygodnie. **Odwszawianie praktycznie odbywa się przez impregnowanie odzienia** spodniego zapomocą rozczynu, a ochrona zapewniona przez takie odzienie trwa od 6 do 8 tygodni pod warunkiem, że nie będzie ono prane więcej niż raz na tydzień. Trwały skutek impregnacji tkanin tłumaczy się przez nierozpuszczalność kryształów DDT w wodzie i ich mocne przystawanie do włókien tkaniny. Noszenie takiej odzieży nie powoduje zapalenia skóry. Prostszym sposobem jest **impregnowanie odzienia proszkiem 10%; przy pomocy rozpylacza,** można go stosować szybko na setkach osób, nie wymaga żadnego specjalnego urządzenia, nie wymaga oddzielania osobników już opylonych od jeszcze nieopylonych i może być wszędzie przeprowadzone. W ten sposób, opierając się na dotychczasowych masowych doświadczeniach minionej wojny stwierdzić należy, że w preparacie DDT znaleźliśmy tani i niezawodny środek w zwalczaniu wszy, a tymsamym najlepszy środek do zapobiegania i tłumienia duru plamistego. Odpada uciążliwe i kosztowne dezynsekowanie dawniejszymi sposobami, bez kąpieli ludzi zawszonych, bez strzyżenia ich i bez poddawania ich ubrań wysokiej temperaturze. Skuteczność działania DDT została wykazaną najlepiej w czasie niedawnej epidemii duru plamistego w Neapolu, która została szybko stłumiona przez opylenie całej ludności tym środkiem, podczas gdy szczepienie szczepionką przeprowadzono jedynie wśród personelu lekarskiego i pielęgniarskiego. U nas też dzięki stosowaniu DDT uniknięto szczęśliwie powojennej epidemii duru plamistego, gdy w r. 1919 zanotowana 219.088 wypadków, to w 1945 r. mieliśmy tylko 15.808 przypadków duru plamistego. DDT znalazł też szerokie pole stosowania w niszczeniu komarów dorosłych i jego poczwarek będących rozsadnikami malarii (zimnicy). Zastosowanie jego jako czynnika tępiącego komary i poczwarki, zostało niedawno zbadane przez służbę zdrowia Armii i Marynarki, i Departament Rolnictwa Stanów Zjednoczonych Ameryki Półn. Badania te potwierdziły wyższość tego przetworu nad innymi, używanymi dawniej podczas kampanii przeciwzimniczych i doprowadziły do opisania nowych metod, bardziej oszczędnych w zastosowaniu głównie do obszernych terytoriów. Przetwory DDT są zatem stosowane wewnątrz lokalów mieszkaniowych w celu niszczenia dorosłych owadów i na wolnym powietrzu w celu niszczenia jednorazowego i dorosłych owadów i ich poczwarek. Metoda stawia sobie za cel uczynienia wnętrza mieszkań wolnych

od komarów, które giną po siadaniu na murach uprzednio impregnowanych zapomocą DDT. Łatwo zrozumieć doniosłość takiej metody w okolicy, gdzie zimnica panuje endemicznie. Skuteczność trwała jednego stosowania oblicza się na 20 tygodni w mieszkaniach niezajętych. W mieszkaniach zajętych trwanie skuteczności jest krótsze, 8—10 tygodni, na skutek wpływu powierzchni, nie objętych stosowaniem rozczynu (meble, łóżka itp.), które należałoby równie opylić. — W okolicach północnych Stanów Zjednoczonych jedno zastosowanie DDT wystarczyło na rok, w okolicach południowych, gdzie sezon zimnicy trwa dłużej, zaleca się stosowanie takiej operacji dwa razy w ciągu roku. — Stosowanie DDT na obszernych powierzchniach, na których rozwijają się poczwarki komarów, przenoszących zimnicę, ma tę zaletę, iż jest bardzo oszczędne. Stosowanie w tym celu rozczynów DDT wykonuje się za pomocą specjalnych rozpylaczy na ograniczonych terytoriach. Dla stosowania ich na obszernych powierzchniach używa się samolotów z automatycznymi rozpylaczami. Jest jednak rzeczą oczywistą, że fakt pokrywania obszernych powierzchni tym środkiem stanowi ryzyko nie tylko zabijania szkodliwych owadów, ale również niszczenia pożytecznych, skąd powstaje ważne pytanie, czy używanie w ten sposób DDT nie daje ryzyka uczynienia bezpłodnymi drzew i roślin zbożowych. — DDT ma też zastosowanie w tępieniu pcheł, pluskiew a zwłaszcza much, dalej kleszczy, karaluchów, mrówek i termitów, w końcu stosuje się go też w leczeniu świerzba. — Tak odkrycie DDT oddaje do dyspozycji medycyny, weterynarii i rolnictwa środek, który łączy potężne działanie owadobójcze z praktycznie całkowitą nieszkodliwością dla człowieka.

CHOROBY ZAWODOWE

Mianem chorób zawodowych określamy cały szereg chorób względnie objawów chorobowych, które powstają wskutek różnych szkodliwych czynników działających w czasie wykonywania pracy w określonym zawodzie, bez względu na to czy to szkodliwe działanie wywołuje chorobę, czy też tylko zmniejsza odporność danego pracownika np. przeciwko gruźlicy. W najnowszych ustawodawstwach społecznych choroby zawodowe są stawiane na równi z chorobami związanymi z nieszczęśliwymi wypadkami przy pracy. Nieszczęśliwe wypadki w czasie pracy w kopalniach, fabrykach czy warsztatach dotyczą zwykle uszkodzeń, które powstały nagle z przyczyny nieuwagi danego pracownika lub też dzięki nienależytemu przestrzeganiu bezpieczeństwa pracy przez zarządy zakładów pracy. — Choroby zatruć zawodowych przedstawiają daleko większe niebezpieczeństwo społeczne, gdyż zagrażają niepostrzeżenie nie tylko pojedynczemu pracownikowi, ale większej ich ilości, zgrupowanej w pewnym dziale produkcji fabrycznej. Zdarza się więc, że niedługo pracujący w takim dziale robotnik czuje się początkowo nieswój, cierpi na bóle głowy, ogólne znużenie i zniechęcenie, po pewnym jednak czasie wszystkie te nieznaczne stosunkowo dolegliwości ustępują wskutek przystosowania się organizmu do nowych warunków. Tymczasem przyczyna tych pierwszych zaburzeń istnieje i działa dalej, prowadząc wskutek gromadzenia się w ustroju coraz większej ilości trucizny do wystąpienia poważniejszych objawów zatrucia. Truciznami tymi mogą być gazy, ciecze względnie ich pary, i ciała stałe, które przedostają się do organizmu głównie przez drogi oddechowe, przewód pokarmowy lub skórę.

Do najczęstszych zatruć zawodowych należą **zatrucia ołowiem** lub jego związkami. Narażeni na nie są robotnicy hut, w których wytapia się ołów z rud, fabryk produkujących rury, blachy ołowiane, drukarze pracujący zwłaszcza przy linotypach, malarze i lakiernicy, w ogóle ci wszyscy, którzy mają do czynienia z wytwarzaniem rzeczy zawierających bądźto ołów metaliczny bądźto jego tlenki lub sole. Zatrucia nim powstają przez przewlekłe, codzienne przedostawanie się ołowiu drogą doustną lub oddechową. Przy doustnym dostawaniu się 1—2 mg ołowiu do organizmu, zatrucie

chroniczne może wystąpić po latach, zaś przy 10 mg już po paru tygodniach. Ołów dostający się przez drogi oddechowe działa już w mniejszej dawce ,ponieważ przez płuca dostaje się zaraz do krwiobiegu, a płuca połowę pobranego ołowiu pochłaniają. — Ołów dostający się przez przewód pokarmowy musi przedtem przejść przez zaporę wątroby, aby dostać się do krwi i narządów. Zatrucia ołowiem przez skórę nie mają większego znaczenia. Pobrany ołów zostaje rozdzielony w ustroju w ten sposób, że część zostaje w krwiobiegu, a część zostaje zmagazynowana w narządach zwłaszcza w kościach. W wielkiej części pobrany ołów zostaje wydalony przez przewód żołądkowo-jelitowy, nerki i częściowo przez skórę. Ciężkość zatrucia zależy od ilości ołowiu jaka się przedostała do tkanki nerwowej i ją uszkadza. — Objawy zatrucia ołowiem są następujące: ołowiane zabarwienie skóry, szaro-niebieskawe zabarwienie dziąseł, kolki jelitowe z zaparciem stolca, objawy ze strony centralnego i obwodowego systemu nerwowego w postaci drgawek epileptycznych, porażeń mieśni, przemijającej utraty wzroku, objawów przewlekłych jak drżenie mięśni twarzy i palców, bezsenność, ból głowy. Zatrucie ołowiem powoduje też uszkodzenie wątroby i nerek. Przebieg zatrucia przedstawia się najczęściej tak, że po tygodniach lub latach przedostawania się ołowiu do ustroju czy to w czasie pracy zawodowej czy to przez przyjmowanie pokarmów zawierających ołów, zwłaszcza przez picie wody zawierającej ołów z rur, chory staje się bladym, niedokrwistym, dostaje zaparcia stolców połączonego z bólami brzucha, przechodzącymi w końcu w powtarzającą się kolkę ołowicową. Po kilku takich atakach kolki przychodzą porażenia mięśni najpierw palców i rąk, które po zaprzestaniu pracy w danym zawodzie i leczeniu w najbliższych latach mogą ustąpić. — Ważnym jest, że zatrucie ołowiem może wystąpić nie tylko wskutek pracy zawodowej, ale też wskutek spożywania pokarmów, przechowywanych w ołowianych naczyniach, i picia wody zawierającej ołów z rur doprowadzających.

Do rzadkich zatruć należy **zatrucie fosforem** spotykane w odlewniach metali, z domieszką fosforu, przy fabrykacji trucizny na szczury itp. Przewlekłe zatrucie nim przychodzi wskutek wdechiwania — głównym objawem są schorzenia szczęk, prowadzące nawet do zgorzeli.

Dużą ilość zatruć powoduje **rtęć i jej związki** często stosowane w przemyśle przy fabrykacji termometrów, barometrów, lamp kwarcowych, akumulatorów, luster, przy posrebrzaniu i pozłacaniu, przy bajcowaniu filców na kapelusze, w przemyśle chemicznym i farmaceutycznym. —W postaci ostrego zatrucia zdarza się w przemyśle rękodzielniczym wskutek nagłego wdechiwania par

rtęci np. przy stłuczeniu naczynia z rtęcią. Chroniczne zatrucia powstają przez wdechiwanie małych ilości rtęci w postaci pary do płuc i cechuje je stan zapalny dziąseł, zaburzenia nerwowo-psychiczne jak drżenie palców przechodzące później w skurcze, psychiczne podniecenie, upośledzenie pamięci, intelektu itp.

Duże zastosowanie ma w przemyśle **arsen i jego połączenia**, stąd też duża sposobność do zatruć arsenem u pracowników zajętych w przemyśle garbarskim, chemicznym, bawełniano-drukarskim, przy fabrykacji farb, przy tępieniu robactwa. Objawy przewlekłego zatrucia występują przeważnie wskutek wdechiwania pyłu zawierającego arsen, także może wystąpić wskutek przebywania w pokoju wylepionym zielonymi tapetami, zawierającymi arsen. Obok występujących na początku zaburzeń żołądkowo-jelitowych pojawiają się później objawy zapalne spojówek, błoń śluzowych, nosa i oskrzeli, stany zapalne skóry, zaburzenia systemu nerwowego centralnego i nerwów obwodowych jak osłabienia i porażenia mięśni, zwłaszcza charakterystyczne dla arsenu porażenie mięśni wyprostnych nóg i podudzi. Smierć następuje wśród objawów ogólnego wycieńczenia wskutek porażenia serca i oddechania.

Zatrucia chroniczne **manganem** zdarzają się u robotników hut stali manganowej i w zakładach jej obróbki — są jednak bardzo rzadkie, a powstają skutkiem przedostania się manganu w postaci proszku lub par przez płuca do organizmu. Charakterystycznym dla tego zatrucia są skurcze mięśni kończyn dolnych.

Zatrucia parami **benzolu C_6H_6** i jego związków pokrewnych jak ksylol, toluol, stosowanych szeroko w fabrykach środków wybuchowych, gumy, farb drukarskich, lakierów, w przemyśle tłuszczowym, sztucznego jedwabiu i kauczuku itp. objawiają się w stadium ostrego zatrucia silnym pobudzeniem do wymiotów, zamroczeniem, sennością, w końcu utratą przytomności. Chroniczne zatrucia charakteryzują się wybroczynami krwawymi w skórze, skłonnością do krwawień z błon śluzowych i narządów wewnętrznych oraz zmniejszeniem się ilości krwinek białych. Zatrucia te są częste i powstają przez wdechiwanie par benzolu względnie jego związków przez płuca lub przedostawanie się ich przez skórę.

Zatrucia **związkami azotowymi** (nitro i amidozwiązki) jak nitrobenzol, dinitrotoluol ,anilina, diamina itp. powodują zmiany we krwi wiążąc hemoglobinę w związek zwany methemoglobiną, wskutek czego ustrój zostaje pozbawiony tlenu, przychodzi do duszności i sinicy. Cięższe zatrucia prowadzą do utraty przytomności połączonej ze skurczami mięśniowymi. Chroniczne zatrucia prowadzą do ciężkiej niedokrwistości, żółtaczki, — wystąpić też mo-

gą zaburzenia psychiczne. Zatruciom tym podlegają pracujący w przemyśle chemicznym, sztucznych nawozów, materiałów wybuchowych.

W fabrykach sztucznego jedwabiu zdarzają się często **zatrucia dwusiarczkiem węgla CS_2** — one też zanieczyszczają nim w promieniu kilku kilometrów powietrze atmosferyczne. Dwusiarczek węgla jest rozpuszczalnikiem tłuszczu, jodu, fosforu, siarki, kauczuku itp. i jako taki jest szeroko stosowany w przemyśle. Ostre zatrucia są stosunkowo rzadkie, obraz jego przypomina narkozę. Przewlekłe zatrucia objawiają się bólami w skroniach, widzeniem jakby przez mgłę, zawrotami głowy, nudnością, zaparciami stolca, zapaleniem spojówek, błon śluzowych nosa, nieżytem oskrzeli, bólami żołądka. Dołączają się do tego porażenia i zapalenia nerwów obwodowych, zaburzenia psychiczne.

Gazem wybitnie trującym jest **siarkowodór H_2S,** występujący w gazie świetlnym, w gazach kloacznych i jako produkt uboczny przy fabrykacji ultramaryny. Wstrętnym zapachem zdradza swoją obecnoćś, stąd zatrucia nim są rzadkie. Pierwszymi objawami są pobudzenie do kaszlu, zapalenie spojówek, ślinotok, uczucie ucisku w klatce piersiowej. Chroniczne zatrucie objawia się głównie bólami głowy, zaburzeniami przewodu pokarmowego, ogólnym osłabieniem, spadkiem wagi ciała i niedokrwistością.

Wśród zatruć gazami główną jednak rolę odgrywają **zatrucia tlenkiem węgla** CO, który wydziela się wszędzie tam, gdzie ma miejsce spalanie się ciał przy dostępie za małej ilości tlenu. Jest on **gazem bezwonnym,** bez smaku a bardzo trującym, — zawierają go gaz świetlny, gaz generatorowy, gazy spalinowe wydobywające się przy pracy silników spalinowych, czad z pieca, gaz z pieców hutniczych. Dlatego najczęstsze zatrucia nim występują w przemyśle hutniczym, w koksowniach, w pobliżu generatorów, w garażach samochodowych o słabej wentylacji i w samochodach. Powszechnie znaną jest choroba limuzynowa, której ulegają szoferzy w krytych samochodach, polegająca właśnie na zaczadzeniu gazami spalinowymi z motoru. Trujące działanie tlenku węgla polega na 200 razy większej zdolności łączenia się go z hemoglobiną krwi niż tlenu, przez co uniemożliwiony zostaje normalny dopływ tlenu do ustroju. Gdy około 70% hemoglobiny zostanie związanej z tlenkiem węgla — następuje śmierć. Objawy zatrucia występują przy zawartości 0,15 do 0,2% CO w powietrzu, zaś 0,5% CO w powietrzu powoduje śmierć w przeciągu 5—10 minut. Pierwsze objawy zatrucia występują w postaci bólów i zawrotów głowy, nudności, pieczenia oczu, pobudzenia do kaszlu, w końcu

wymiotów i częściowej utraty przytomności, a nawet porażeń. W następstwie mogą też wystąpić zaburzenia psychiczne jak stany przygnębienia, lękowe. Śmierć następuje wskutek porażenia ośrodka oddechowego. — Leczenie polega na usunięciu chorego z atmosfery CO, stosowania sztucznego oddechania mieszanką tlenu z bezwodnikiem węglowym CO^2.

— Do najniebezpieczeniejszych i prawie nie do uratowania należą zatrucia **związkami cjanowymi** np. cjanowodorem HON, stosowanym do dezynfekcji i cjankiem sodu, stosowanym w pastach do czyszczenia metali. Przypadki tych zatruć były nawet dość częste w Ameryce w restauracjach, gdzie do czyszczenia nakryć stołowych używano właśnie takich past. Ratunek polega przede wszystkim na stosowaniu sztucznego oddechu.

Do chorób zawodowych należą choroby spowodowane **ciałami promieniotwórczymi i promieniami Roentgena,** na jakie narażeni, pracownicy instytutów radowych, kopalń rudy radowej, — dalej **rak skóry** i zmiany skórne usposabiające do powstania raka u robotników mających styczność ze smołą, terem, sadzą, parafiną itp. ciałami. — Tutaj też należą **choroby kości, mięśni i stawów** powstające wskutek mechanicznych wstrząsów u robotników pracujących przy pomocy aparatów ze sprzężonym powietrzem. tzw. **choroba kesonowa** nurków, powstająca na skutek przebywania i pracy pod zwiększonym ciśnieniem powietrza, wreszcie **choroby płuc zwane pylicą lub krzemicą,** na które narażeni są kamieniarze, szlifierzy, górnicy pracujący w pyle, który osiadając w drogach oddechowych sprzyja zapadaniu na gruźlicę.

Specjalne nowsze ustawodawstwa w tej dziedzinie pracy, nadzór nad bezpieczeństwem pracy, stała opieka lekarska jak i uświadomienie pracowników o grożących niebezpieczeństwach mimo coraz większego uprzemysłowienia pozwolą zmniejszyć ilość schorzeń zawodowych.

JEDNORAZOWA DAWKA HUMORU

Z gabinetów lekarzy

Doktorze — cierpię wprost nie do wytrzymania, uderzenia krwi do głowy. Z jakiej przyczyny? — Jest to całkiem jasne — prawo natury, dążenie do zapełnienia próżni.

*

Panie, stale Pan pyta o to samo, już przed 2 laty powiedziałem przecież Panu, że nie wolno używać alkoholu. — Myślałem, panie doktorze, że medycyna od tego czasu poczyniła już jakieś postępy.

*

Przed udaniem się na spoczynek musi Pani zjeść zawsze pożywną kolację. — Ależ, panie doktorze, przecież kazał mi pan poprzednim razem chodzić spać na czczo. — Proszę pani od tego czasu medycyna zrobiła takie postępy!

*

W której okolicy odczuł pan najpierw boleści? — Na dworcu kolejowym.

*

Doktorze, czy tylko wytrzymam tę operację? — Napewno, inaczej wziąłbym honorarium z góry.

*

Obywatel ma zapalenie śledziony! — Wie doktór, że to możliwe — ostatnio moja żona karmiła mię tylko przydziałowymi śledziami.

*

Dwie szklanki soku pomarańczowego z darów UNRRA przez sześć dni — to dieta dla pani. — Rozumiem, ale czy przed czy po jedzeniu?

*

Doktorze, czy piklingi są zdrowe? — Myślę, że tak — w każdym razie żaden z nich się jeszcze u mnie nie leczył.

Doktorze, co mam dać mężowi, aby nie mówił przez sen? — Proszę pozwolić mu czasem odezwać się w ciągu dnia.

*

Jaki jest pański zawód? — Jestem pierwszym amantem. — W tym wypadku mogę pana zapewnić, że nie był pan pierwszym amantem. — (Z wizyty u wenerologa).

Czy wiecie, że...

...Sokrates powiedział, że lekarze mają wyjątkowe szczęście, bo słońce opromienia ich powodzenie, a ziemia przykrywa ich błędy.

...według Herodota u starożytnych Egipcjan istniała już ścisła specjalizacja lekarzy, przyczem każdy obierał sobie jeden narząd, n. p. rękę, oko, zęby.

...przysłowie albańskie powiada, że żołądek pełen lekarstw i koszula łatana długo nie wytrzymają.

...chininę nazywano niegdyś w Polsce proszkiem jezuickim dlatego, bo apteki jezuickie, mające stosunki z zamorskimi misjami, środek ten u nas rozpowszechniały.

...niegdyś w Polsce apteki sprzedawały również pierniki i wódkę.

...każda choroba ma głęboki szacunek przed stanowczym powiedzeniem „nie mam czasu na chorowanie", tylko tam choroba się usadawia, gdzie chętnie zostaje przyjęta, pielęgnowana i czczona.

...śmiertelność wśród lekarzy skutkiem chorób serca jest dwukrotnie większa, niż w innych zawodach — stosunek wynosi 40% i 23%.

...jedyną rzeczą jaką w tych ciężkich czasach jeszcze można w sposób uczciwy nabyć — to są bakterie zakaźne.

...generał Baden Powell powiedział: Smiej się! Człowiek z uśmiechem zwycięża!

SPIS APTEK W KRAKOWE

			tel.
Apteka	Bronowicka	Al. Wyspiańskiego 4	576-81
,,	Warszawska	Al. 29 Listopada 17	539-66
,,	pod św. Hubertem	Dietla 41	586-05
,,	,, Aniołem	Dietla 76	593-86
,,	,, Złotym Lwem	Długa 4	540-31
,,	,, Temidą	Długa 66	591-56
,,	Żyborskiego	Długa 80	505-90
,,	pod Gwiazdą	Floriańska 15	590-18
,,	,, Eskulapem	Gertrudy 1	507-65
,,	,, św. Anną	Główna 334, Borek Fał.	536-83
,,	,, Złotym Słoniem	Grodzka 17	591-39
,,	,, św. Kingą	Grzegórzecka 9	541-35
,,	,, Król. Jadwigą	Karmelicka 9	578-93
,,	,, Opatrznością	Karmelicka 23	594-54
,,	,, Hygeą	Kalwaryjska 27	557-19
,,	Mariańska	Kazimierza W. 78	568-92
,,	pod Aniołem Stróżem	Kościuszki 18	593-43
,,	,, Złotym Orłem	Krakowska 9	539-46
,,	,, Murzynami	Krakowska 19	551-80
,,	Szpitala św. Łazarza	Kopernika 17	546-07
,,	pod Matką Boską	Krowoderska 74	538-19
,,	Czternasta	Lubicz 7	568-98
,,	Michalika	Łobzowska 20	
,,	Wojtowicza	Madalińskiego 7	
,,	pod Barankiem	Mikołajska 4	581-31
,,	Liśkiewicza	Mogilska 16	554-33
,,	przy Parku Krakowskim	Pl. Inwalidów 7	580-24
,,	Lindnera	Pl. Matejki 2	541-80
,,	pod Orłem	Pl. Zgody 18	596-91
,,	,, Złotą Głową	Rynek Główny 13	549-75
,,	,, Koroną	Rynek Główny 22	507-82
,,	,, Słońcem	Rynek Główny 43	576-37
,,	,, Białym Orłem	Rynek Główny 45	
,,	,, Opatrzn. Matuli	Rynek Podgórski 15	548-62
,,	Podgórska Łuczki	Rynek Podgórski 9	540-99
,,	pod Trzema Gwiazd.	Rakowicka 12	555-57
,,	,, Trzema Koronami	Retoryka 1	507-50
,,	św. Teresy	Senatorska 5	501-26
,,	Bankego	Starowiślna 77	595-92
,,	Marcisiewicza	Stradomska 2	575-70
,,	pod Złotym Tygrysem	Szczepańska 1	592-93
,,	Boż. Miłosierdzia	Zwierzyniecka 7	558-28
,,	pod Białym Orłem	Prokocim	

SPIS LEKARZY MIEJSKICH DZIELNICOWYCH W KRAKOWIE

		urzęduje	w godz.	mieszka
Okręg I.	D. Godlewski Wacław	Plac św. Ducha	10—12	Sereno-Fenna 10
Okręg II. A	Dr Sikorski Stanisław	Skawińska 8	10—12	św. Gertrudy 17
Okręg II. B	Dr Żabiński Robert	Skawińska 8	10—12	Szewska 22
Okręg III. A	Dr Żurowski Ludwik	Smoleńsk 33	10—12	Łobzowska 4
Okręg IV.	Dr. Baranowski Włodzimierz	Lubelska 21	10—12	Kościuszki 52A
Okręg V. B	Dr Marcinkowski Włodzimierz	Rakowicka 1	10—12	Straszewskiego 24
Okręg VI. A	Dr Kruczek Szczepan	Rynek Podg. 1A	10—12	Bracka 6
Okręg VI. B	Dr Polek Aleksander	Madalińskiego 10	10—12	Skwerowa 42
Okręg VII.	Dr Matoga Władysław	Tetmajera 1	10—12	Dworska 154, Bronowice W.
Okręg VIII.	Dr Nowosielski Włodzimierz	Piłsudskiego 42, Prądnik Czerw.	10—12	Wiśniowa 10A
Okręg IX.	Dr Kuryło Eustachy	Piłsudskiego 98, Wola Duchacka	10—12	Topolowa 34
Okręg X.	Dr Czekaj Ludwik	Główna 174, Borek Fałęcki	10—12	Wybickiego 70

SPIS LEKARZY
praktykujących w Krakowie

Abend Józef	Orzeszkowej 5
Adamczyk Józef	Limanowskiego 19
Adamek Witold	Sobieskiego 24
Adwentowski Jan	Al. 29 Listopada 75
Adlewski Karol	Kalwaryjska 6
Aleksandrowicz Julian	Pańska 4 tel. 552-13
Ameisen Aleksander	Al. Mickiewicza 22
Anzelm Oskar, nacz. Wydz. Zdrowia Woj. Krak.	Łobzowska 43 tel. 551-01
Aptowicz Tadeusz	Al. Mickiewicza 55
Arend Rudolf	Syrokomli 26
Auber Leon	Kujawska 24 tel. 542-33
Baczak Halina	św. Sebastiana 7
Badmajeff Włodzimierz	Urzędnicza 12
Baranowska Zofia	Kościuszki 52A
Baranowski Włodzimierz, lek. miejski	Kościuszki 52A tel. 566-71
Barnaś Alojzy	św. Tomasza 18
Barkowski Juliusz	Wyrwińskiego 6
Barta Karol	Długa 62
Bartowa Anna	Długa 62
Bartel Stanisław	Mogilska 13
Batko Józef	Siemiradzkiego 5
Beaupré Jadwiga	Sobieskiego 5 tel. 580-36
Bellert Józef, dyr. Szp. św. Łazarza	Prażmowskiego 35 tel. 562-74
Bereza Natalia	Kopernika 26.
Bernadzikowski Władysław	Długa 60
Biberstein Aleksander	Warneńczyka 3 tel. 575-59
Białek Stanisław	Lubicz 27 tel. 595-22
Bielas Aleksander	Wielopole 22

Bielawski Jan	Piłsudskiego 7
Bieniasz Jan	Starowiślna 45
Bieliński Edward	Juliusza Lea 4 tel. 585-66
Bilek Mieczysław	Syrokomli 3
Bławat Franciszek	Starowiślna 29
Bochenek Michał	Bieżanów, Kolonia
Boczar Kazimierz	św. Jana 11 tel. 560-86
Boczar Stanisław	Kochanowskiego 24
Bodzenta Adolf	Józefa 14
Bogusz Józef	Starowiślna 43 tel. 536-68
Bogucka Henryka	Piłsudskiego 30
Bohosiewicz Teodor	Szopena 12
Bojanowicz Kazimierz	Bosacka 6B
Bornstein Bernard	Długa 18
Brand Henryk	Wygody 6B
Brodacki Roman	Bieżanów, Kolonia 457
Brodowski Władysław	Karmelicka 14
Browiński Józef	Odrowąża 32
Bryniarski Wincenty	Miodowa 24 tel. 570-00
Brzezicki Eugeniusz, prof. neurol.	Biskupia 7 tel. 551-09
Brzycki Michał,	Król. Jadwigi 29 tel. 500-57
Budzyński Kazimierz, lek. miejski	Br. Dudzińskich 4
Bugaj Józef	Pańska 10
Bujak Władysław, prof. ch. dziecięcych	Długa 58
Bulanda Bogusław	Potockiego 9 tel. 592-24
Buraczewski Stefan	św. Łazarza Boczna 12
Buraczewska Leokadia	św. Łazarza Boczna 12
Buraczewska Sabina	Lelewela 15
Buzek Maria	Dietla 113
Byrdy Maria	Siemiradzkiego 35
Capińska Krystyna	Jagiellońska 9 tel. 536-31
Capiński Zbigniew	Jagiellońska 9
Cetnarowicz Jan	Kopernika 15
Chalfon Aleksander	R. Kleparski 13 tel. 537-75
Chłopicki Władysław	Krupnicza 5 tel. 596-57
Chmielarczyk Władysław	Lenartowicza 9 tel. 535-45
Choczaj Tadeusz	Sarego 19
Chodorowski Erazm	Garncarska 16
Cholewa Leon	Czarnowiejska 50B
Chomiczowa Jarosława	Król. Jadwigi 32B

Chuderski Franciszek	Wenecja 7
Ciubra Klaudiusz	Grottgera 24
Chrzanowski Ignacy	Karmelicka 33 tel. 546-64
Chudoba Antoni	Starowiślna 18
Chudyk Julian	Wiślna 9 tel. 507-71
Chudykowa Helena	Wiślna 9 tel. 507-71
Chudzicki Jan	Lwowska 25
Chutkowski Tadeusz	Rynek Gł. 7
Chwalibogowska Alina	Michałowskiego 1
Chwalibogowski Artur, doc. ch. dziecięcych	Michałowskiego 1
Ciećkiewicz Marian, lek. nacz. Ub. Sp.	Pijarska 15 tel. 501-72
Cikowski Stanisław	Łobzowska 16 tel. 536-50
Cisek Adam	Wrocławska 11A tel. 563 32
Cywa Grzegorz	Mogilska 59
Czadowski Edmund	Radziwiłłowska 8B tel. 566-51
Czaplicki Zdzisław	Sławkowska 4
Czapliński Zbigniew	św. Gertrudy 2 tel. 570-10
Czapnicki Henryk	Floriańska 8 tel. 557-50
Czarniecki Feliks	Ks. Józefa 49
Czech Karol	Słoneczna 10
Czekaj Ludwik	18 Stycznia 70
Czernik Rudolf	Strzelecka 17 tel. 567-32
Czerwińska Helena	Dietla 111
Czesnowska Jadwiga	Kościuszki 48
Czyżowski Bolesław	Pędzichów 9
Czyżowski Władysław	Pędzichów 9
Cwynar Stanisław	Kobierzyn
Dallet-Płucińska Zofia	Zyblikiewicza 17
Diamant-Zaleski Zygfryd	Dunajewskiego 7
Doening Tadeusz	Zyblikiewicza 14 tel. 555-45
Donhaiser Maria	Kazimierza W. 89
Lorawski Jan	Sobieskiego 3
Dormicki Eryk	Zielona 9 tel. 581-39
Drozdowski Jerzy	Potockiego 5 tel. 536-92
Druszkowska Krystyna	Bożego Miłosierdzie 4
Dumania Stanisław	Blich 4
Dynowski Andrzej	Kazimierza W. 108
Dziadykowa Jadwiga	Juliusza Lea 15A
Dzioba Andrzej	Asnyka 3 tel. 598-00

Edelman Censor Fryda	
Eisele Henryk	Kremerowska 10
Epler Roman	Wielopole 9
Erenpreis Edward	Sebastiana 3
Etowicz Oskar	Kalwaryjska 36
Fabiański Bogusław	Krowoderska 34
Faustyniak Marian	Wybickiego 98B
Feczke Stefan	Michałowskiego 2
Feit Henryk	Al. Słowackiego 11A
Feldmaus Edmund	Sebastiana 4
Fenczyn Jan, doc. ch. wewn.	Jabłonowskich 8
Ferens Ernest	Kopernika 48
Ferkówna Maria	Orkana 26 tel. 542-49
Ferster-Woliszowa Władysława	Retoryka 18 tel. 585-86
Ferster Aleksander	św. Marka 18 tel. 591-57
Fey-Wójtowicz Bronisława	Herwina Piątka 6
Filimowski Ludwik	Słowackiego 92 tel. 505-97
Finder Leonard	Al. Słowackiego 56
Fischel Tobias	Dietla 62
Fischler Edmund	Juliusza Lea 21B
Fiut Julian	Sławskowska 24A tel. 541-21
Frankow Julian	Batorego 4
Frankowski Aleksander	Krupnicza 11A
Freund-Filipowska Ilza	Wrzesińska 8
Friedman Henryk	Grodzka 58
Friedwald Adolf	Krakowska 7
Friszer Bernard	Szopena 1 tel. 544-39
Gajda Józef	Trynitarska 11
Gajewska Janina	Floriańska 51
Galewska Irena	Cieszyńska 4
Galik Stanisław	Sereno-Fenna 5
Ganczarska Teofila	Kremerowska 8
Garliński Leon	Pańska 4
Garwicz Fryderyk	Sobieskiego 14
Gasiński Józef, doc. chir.	Pl. Matejki 2 tel. 597-65
Gastoł Błażej	Bieżanów 485
Gebauerowa Maria	Mazowiecka 8
Geisler Lucjan	Bzowa 11
Gedl Edgar Zbigniew	Biskupia 5
Gelder Leopold Jerzy	Wenecja 5
Gérard de Festenburg Eryka	Siemiradzkiego 12
Gergovich Helena	Kopernika 38

Gerhardt Andrzej	Narutowicza 36. Wola Duch. tel. 546-68
Gernand Franciszek	Kalwaryjska 53
Gettlich Adam	Sobieskiego 1
Gina Jerzy	Floriańska 9
Giza Tadeusz, doc. ch. dziecięcych	Michałowskiego 9
Glasner Ignacy	Floriańska 32
Glatzel Jan, prof. chir.	św. Marka 8 tel. 595-61
Glińska Wanda	Potockiego 3 tel. 566-02
Glińska Zofia	Skawińska Boczna 8
Głębocka Maria	Floriańska 53 tel. 506-77
Godlewski Marian	Asnyka 3
Godlewski Wacław, lek. miejski	Sereno-Fenna 10
Godłowska Zofia	Moniuszki 38
Goldgart Leon	Koletek 6
Goldgart Aurelia	Koletek 6
Gołąb Jan Kazimierz	Zyblikiewicza 5 tel. 547-38
Gólski Stanisław	Basztowa 16
Górka Mieczysław	Dominikańska 1 tel. 506-38
Górski Franciszek	Sławkowska 24A tel. 571-24
Gorczyński Henryk	Słowackiego 56
Grabczyński Jan	Smoleńsk 1 tel. 582-81
Grabowski Wilhelm	Urzędnicza 43
Grabowski Jerzy	Kopernika 48
Gradzińska Michalina	Starowiślna 20 tel. 546-56
Grochmal Stanisław	Pl. Matejki 7
Groer Franciszek, prof. ch. dziecięcych	Michałowskiego 12
Gröger Marian	Długa 26
Grzegorczykowa Zofia	Al. Słowackiego 30
Grzywacz Bolesław	Blich 6
Guschlbauer Tadeusz	Staszica 4
Gürtler Wojciech, lek. miejski	Al. Słowackiego 56
Gwizda Bolesław	Dietla 85
Gzyl Alfred	Kołłątaja 2
Haas Wiktor	Łobzowska 2
Haller Wilhelmina	Mitery 11 tel. 585-83
Hanak Józef	Szpitalna 38 tel. 538-79
Hanasiewicz Krystyna	Zielona 19
Hanicki Zygmunt	Wyspiańskiego 11
Hansel Aleksander	Polna 40 tel. 574-37

Hassman Wiktor	Starowiślna 4
Hauser Zbigniew	Grodzka 62
Heczko Paweł	Grodzka 58
Heilpern Leonard	Batorego 15
Helbich Adam	Krupnicza 3
Helbichowa Monika	Krupnicza 3
Hełczyński Adam	Starowiślna 27
Herzhaft-Helwin Stanisław	Długa 74
Herzhaft-Helwin Anna	Długa 74
Hipp Jan	Zyblikiewicza 12
Hornung Stanisław	Prądnicka 80
Horodeński Józef	Zacisze 12 tel 590-50
Hozer Jan	Krupnicza 11A
Huczek Jerzy	Prażmowskiego 61
Huczyński Janusz	Wola Justowska 49
Ilski Stanisław	Lenartowicza 13
Inatowicz Henryk	Batorego 11 tel. 541-18
Ingarden Maria	Biskupia 14
Issajewicz Władysław	Kobierzyn, Zakład
Jahoda Maria	Gołębia 4
Jakobi Bronisław	Szopena 12
Jakóbiec Mieczysław	Potockiego 4
Jakubiec Stefan	Kościuszki 2
Jakubowski Feliks	Łobzowska 52
Janik Zdzisław	Starowiślna 55 tel. 509-73
Jankiewicz Józef	Szymanowskiego 1
Janotka Henryk	Friedleina 25
Jarema Michał	Kopernika 48
Jasieński Jerzy	Szymanowskiego Boczna 5 tel. 543-42
Jasiński Władysław	Słowackiego 12
Jaskot Józef	Starowiślna 33 tel. 556-38
Jaskólska Justyna	Prażmowskiego 68 tel. 506-69
Jaskólski Zenon	Dietla 52
Jaugustyn Stanisław	Sławkowska 20
Jaworski Władysław	Grzegórzecka 49
Jeżewski Andrzej	Basztowa 25
Jurkiewicz Jan Leon	Długa 6
Juzwa Eugeniusz	Świętokrzyska 6

Kaczor Józef	Dietla 55 tel. 541-23
Kaczówka Aleksander	Dietla 60
Kaczyński Antoni	Urzędnicza 10
Kaczyński Henryk	Topolowa 42 tel. 536-67
Kaden Kazimierz	Batorego 15B
Kadyi Zdzisław	Szlak 55
Kafel Władysław	Zamenhofa 10
Kalitowski Czesław	Szlak 16A tel. 573-13
Kamieński Roman	Kopernika 17
Kamieniecki Jakób	Lubelska 31
Kanapus Irena	Sereno-Fenna 6 tel. 595-55
Kania Henryk	Dietla 85 tel. 535-64
Kaniewski Adam	Lubelska 22
Kapeluś Wasyl	Madalińskiego 11
Kapuściński Stanisław	Prądnicka 37
Karelus Kazimierz	Smoleńsk 3 tel. 565-79
Karnicki Wacław	Zyblikiewicza 12 tel. 580-21
Kasprzyk Mieczysław	Basztowa 4 tel. 597-38
Kelhofer Artur	Starowiślna 70 tel. 552-85
Keller Tadeusz, doc. ginek.	św. Tomasza 22 tel. 501-54
Kellner Zygmunt	Lenartowicza 19
Kędra Mieczysław	św. Sebastiana 34
Kędracki Antoni	Mogilska 18
Kieć Edward	Kielecka 5
Kienzler Mieczysław	Prażmowskiego 9
Kirchmayer Stanisław	Podwale 2 tel. 500-79
Klassa-Brunicki Eugeniusz	Krowoderska 33 tel. 509-29
Klimaszewska Augustyna	Krowoderska 46
Klinowska Julia	Szpitalna 38
Klinowski Czesław	Szpitalna 38
Kłeczek Stanisław	Litewska 6
Kłosowski Stanisław	Bracka 11
Knaster Ludwik	Al. Słowackiego 58
Knoreck Jan	Potockiego 3 tel. 508-30
Kocwa Juliusz	Długa 52
Kolankowski Jerzy	Piłsudskiego 9
Kolońska Waleria	Siemiradzkiego 6
Kołakowski Konstanty	św. Gertrudy 18
Kołodyńska Zdzisława	Szwedzka 16
Komorowski Stanisław	Urzędnicza 21
Komorowska Iwona	Dietla 13
Koniar Tadeusz	Karmelicka 11 tel. 502-80
Konior Ludwik	Płaszowska 80

Konstantynowicz Antoni	Dietla 85
Konstantin Eugeniusz	Ujejskiego 11
Kopera Zygmunt	Kujawska 24
Korabczyńska Bronisława	Krupnicza 9
Kornel Edward	Karmeilcka 16
Korolewicz Wincenty	Augustiańska 5 tel. 508-74
Koronczewski Stanisław	Fałata 13C
Korta Stanisław	Kremerowska 8
Kościuszkowa Janina	Krowoderska 11 tel. 500-42
Kostecki Jan	Floriańska 15
Kost Jakób	Smoleńsk 3 tel. 595-77
Kostkiewicz-Heller Celestyna	Mazowiecka 26A
Kostrzewski Józef, prof. chorób wewnętrznych	Zygmunta Augusta 5
Kostrzewski Jan	Zalewskiego 4B
Koterla Bogusław	Retoryka 20
Kotlarz Kazimierz	Starowiślna 29
Kotlewski Marian	Pl. Matejki 4
Kotucha Reinhold	Kopernika 17
Kowalczyk Jan	Dietla 83 tel. 539-59
Kowalczykowa Janina, doc. anat. pat.	Dietla 83 tel. 539-59
Kowalski Edward	Kopernika 23
Kowalski Marian	Pędzichów 13 tel. 568-32
Kowalska Maria	Kochanowskiego 26
Kowalska Zofia	Gnieznieńska 5
Kowarz Helena	Karmelicka 45
Kowarzykowa Zofia	Brodowicza 14 tel. 556-31
Kownacki Stanisław	Kapucyńska 7
Kozaczkiewicz Alojzy	Kopernika 21
Kozakowa Olga	Zielona 24
Kozień Zofia	Helclów 3
Koziorowska Aleksaudra	Kopernika 48
Koziorowski Władysław	Kopernika 48
Kramarzyński Adam	Mikołajska 26 tel. 505-25
Kranc Maria Krystyna	Czarnieckiego 4
Kręcina Jan	Krowoderska 34
Kreisberg-Balicki Wiktor	Al. Krasińskiego 26
Kruczek Szczepan, lek. miej.	Bracka 6 tel. 599-79
Krupianka Jadwiga	Długa 4
Król Władysław	Tarłowska 10
Krysakowski Józef	Helclów 2

Krzyżanowski Marian	Długa 86 tel. 583-40
Kubicki Stanisław	Pędzichów 19
Kubiczek Miecz. doc. ch. wewn.	Dwernickiego 4
Kukulski Zbigniew	Siemiradzkiego 3
Kulczycka Bronisława	Kopernika 38
Kulczycki Adam	Kopernika 38
Kulczycki Bronisław	Bieżanów
Kuligowa Janina	Pl. Szczepański 2
Kulig Zygmunt	Pl. Szczepański 2
Kulpiński Edward	Fałata 11
Kułakowski Wojciech	Bronowicka 33
Kumor Henryk	Pędzichów 4
Kunicki Adam	Botaniczna 1
Kurek Ludwik	Al. Słowackiego 81
Kurek Stanisław	Batorego 22 tel. 566-96
Kuryło Eustachy, lek. miej.	Topolowa 34
Kusiak Marian	Łobzowska 8
Kuśnierz Karol	Al. Krasińskiego 4 tel. 564-37
Kwiatkowski Benedykt	Garncarska 2
Kwaśniewski Bolesław	Juliusza Lea 15A
Kwinta Kazimierz	Mazowiecka 21 tel. 552-18
Labega Antoni	Krowoderska 22
Lach Lucjan	Basztowa 3
Lachs Jan	Dietla 83
Laidlerowa Danuta	Retoryka 22
Landau Rafał	Słowackiego 40
Lange Romuald	Prądnicka Boczna 6
Lankosz Jan	Król. Jadwigi 37
Laskownicki Stan. prof. urolog.	Słoneczna 37
Laskownicka Zofia	Słoneczna 37
Laszczak Władysław	Sobieskiego 22 tel. 599-86
Laszczka Czesław	Pl. Na Groblach 16 tel. 586-19
Latkowski Józ., prof. ch. wewn.	Pańska 5
Lebioda Jerzy	Pędzichów 17
Lehman Tytus	Grunwaldzka 20
Lejman Kazimierz	Rynek Kleparski 13 tel. 537-79
Lelusz-Lachowicz Hermogenesa	Krowoderska 26 tel. 562-48
Lelusz-Lachowicz Zygmunt	Krowoderska 26 tel. 562-48
Lem Samuel	Śląska 3
Leńko Jan Maria	Zielona 17 tel. 576-47
Lerner-Leśniak Emil	Dietla 62
Lewicka Wanda	Smoleńsk 10 tel. 580-80

Lewkowicz Ksawery, prof. chor. dziecięcych	Krowoderska 19 tel. 597-63
Lezer Maurycy	Zyblikiewicza 19
Lichtig Anna	Al. Mickiewicza 61
Liebhardt Stanisław	Grzegórzecka 4
Lipiński Włodzimierz	Zielona 24
Lipska Zofia	Al. Mickiewicza 61 tel. 542-68
Lipski Klaudiusz	Szpitalna 36
Liszka Oskar	Spokojna 9
Lityński Witold	św. Gertrudy 17
Liwszyc-Tomasik Stanisław	Szlak 14B tel. 560-89
Liwszyc-Tomasik Elżbieta	Szlak 14B tel. 560-89
Löwenhoff Stefania	Prądnicka 4
Löwenhoff Konstanty	Szymanowskiego Boczna 5 tel. 597-44
Löwenloff Konstanty	Szymanowskiego Boczna 5 tel. 597-44
Ludmirski Zygmunt	Podzamcze 20
Lutyński Czesław	Prądnicka 80
Łabużek Kajetan	Szewska 4
Łapiński Adam	św. Sebastiana 20 tel. 577-87
Łęczycka Maria	Straszewskiego 21 tel. 541-87
Łuczyński Zygmunt	Kordeckiego 6
Łukowska Irena	Starowiślna 19 tel. 591-80
Łukasiewicz Edward	Garncarska 16 tel. 592-13
Łukaszczyk Franciszek	Prądnicka 37
Łukawski Stanisław	Smoleńsk 26
Łuniewski Józef	Wiślna 9
Mach Bronisław	Grodzka 4
Machauf-Makarewicz Edward	św. Krzyża 3
Mączka Zofia	Szlak 55
Maciejewski Józef	Zyblikiewicza 12
Maciejewski Juliusz	Bonerowska 9
Mądroszkiewicz Marian	Łobzowska 4
Makarewicz Edward	św. Krzyża 3 tel. 553-10
Majewski Kazimierz, prof. okul.	Syrokomli 23 tel. 596-40
Majewski Leon	Piłsudskiego 8
Majewski Wacław	Basztowa 10
Majerek Stanisław	Siemiradzkiego 10
Majewicz Edmund	Straszewskiego 24 tel. 571-63
Major Klemens	Zamojskiego 28

Malanek Adam	Bosacka 6
Malinowski Marian	Starowiślna 21 tel. 576-20
Malinowski Adolf	Kopernika 26
Malinowski Stanisław	Kochanowskiego 28
Malinowski Alojzy	Bema 6
Małecka Antonina	Szlak 14B
Małkiewicz Edward	Żuławskiego 5 tel. 548-77
Mandlowa Augusta	Floriańska 32
Mandel Wolf	Floriańska 32
Mańkowska Maria	Pl. Jabłonowskich 4
Marcinkowski Włodzimierz	Straszewskiego 25 tel. 541-06
Marczak Henryk	Długa 6
Marcyaniak Franciszek	Potockiego 2
Marszałek Stefania	Al. 29 Listopada 36
Masny Ignacy	Szlak 8
Matkowski Jarosław	św. Wawrzyńca 20
Matoga Władysław, lek. miejski	Dworska 154 — Bronowice
Mazanek Władysław	Al. 29 Listopada 81
Maziarski Stanisław, prof. histol.	Orzeszkowej 10
Mazurkiewicz Anna	Prażmowskiego 34 tel. 555-34
Melnyczuk Emil	Długa 50
Merz Marian	Bonifraterska 1 tel. 536-86
Merz Alfred	Bonifraterska 1 tel. 536-86
Meyerowa Maria	Szwedzka Boczna 5
Michałowski Emil, doc. urolog.	Sobieskiego 10 tel. 560-62
Michniewicz Tadeusz	Potockiego 12 tel. 507-54
Mieniewski Zdzisław	Kobierzyn
Miecznikowski Andrzej	Kopernika 23
Mierowski Jan	Czysta 1
Miklaszewska Jadwiga	Pierackiego 8
Miklaszewski Wiktor	Pierackiego 8
Mikulski Roman	Śląska 6
Mikułowski Włodzimierz, doc. chor. dziecięc.	Biskupia 8
Miodoński Jan, prof. laryngol.	Garbarska 13 tel. 599-44
Mirek Roman	Sławkowska 23
Mirowski Abraham	Kolberga 17
Missona Krzysztof	Krupnicza 18 tel. 575-64
Miś Marian	Mogilska 24
Mokry Adam	Kołłątaja 3
Monne Leon	Kolberga 15
Morawska Alina	Śląska 4
Morawski Marian	Śląska 4

Morawska Wera	Prażmowskiego 14
Morska Stanisława	Al. Słowackiego 32
Morus Adam	Warneńczyka 3
Mosing Ksawery	św. Łazarza 2
Moskalewa Helena	Czarnieckiego 8
Mostowska Zofia	Lubicz 34 tel. 547-37
Mostowski Jerzy	Lubicz 34 tel. 547-37
Moszczeński Stefan	Długa 62
Motak Aleksander	Kopernika 17
Mrozowski Józef	Stolarska 9
Mrozowska Helena	Stolarska 9
Mucha Stanisław	Szopena 1
Mulowski Tadeusz	Łobzowska 16 tel. 551-03
Müller Filip	Topolowa 46
Müntz Alfred	Karmelicka 22 tel. 571-52
Musiał Albin	Rynek Podg. 12
Naskalski Dionizy	Al. 29 Listopada 71
Natolski Ryszard	Śląska 4 tel. 538-46
Nehring Stefania	Kopernika 48
Neuman Aleksander	Garncarska 3
Niepokoyczycka Maria	Prądnicka Boczna 6
Niewiadomski Stanisław	Siemiradzkiego 35
Niwiński Adam	Warszawska 14
Niżegorodcew Maria	św. Gertrudy 7
Nowak Gustaw	Kalwaryjska 7
Nowak Julian	Dietla 67
Nowak Marian	Krakowska 21
Nowak Tadeusz	Smoleńsk 3
Nowak Stanisław	Basztowa 23 tel. 595-35
Nowakowa Janina	Basztowa 23 tel. 595-35
Nowak Jan	Komorowskiego 5
Nowak-Przygodzka Zofia	Karmelicka 50
Nowakowski Tadeusz	Krasińskiego 30
Nowakowski Brunon	Łobzowska 61
Nowicki Stanisław, doc. chir.	Piłsudskiego 34 tel. 547-00
Nowińska Jadwiga	św. Marka 33
Nowiński Antoni	Dietla 73
Nowosielski Włodz., lek. miej.	Wiśniowa 10
Nüssenfeld Józef	Karmelicka 20
Obtułowicz Mieczysław, doc. ch. skórnych	Starowiślna 6
Obtułowicz Tadeusz	Pierackiego 29

Oczkowski Jan	Zdrowa 16 Prądnik Cz.
Okrzański Adam	Lenartowicza 8 tel. 593-11
Olbrychtowa Izabela	Al. Słowackiego 15 tel. 585-65
Olbrycht Jan, prof. med. sąd.	Al. Słowackiego 15 tel. 585-65
Olszański Tadeusz	Brzozowa 17
Osetek Tadeusz	Rakowicka 4
Osiecki Marian	Bandurskiego 10
Ostrowski Tadeusz	Limanowskiego 38
Ostrowski Stanisław	Krowoderska 6
Osuchowski Jerzy	Batorego 23 tel. 540-75
Ossowski Aleksander	Sarego 11
Oszacki Jan	Batorego 12 tel. 593-82
Oszast Zbigniew, doc. ch. skór.	św. Marka 8 tel. 501-61
Otęski Leonard	Madalińskiego 7
Otto Marian	Nowowiejska 31
Ottenbreit Henryk	Czyżyny 91
Owczyński Tadeusz	Stradom 25 tel. 582-45
Owińska Barbara	Michałowskiego 1
Owsiński Józef, nacz. lek. miej.	Długa 4 tel. 556-29
Pachoński Antoni	Potockiego 3 tel. 502-63
Pachońska Janina	Potockiego 3 tel. 502-63
Paczowska Janina	Nowowiejska 31A
Pakowska Zofia	Straszewskiego 24 tel. 567-12
Papież Alojzy	Basztowa 4
Pasierbiński Stefan	Długa 50 tel. 596-48
Paszkowski Stanisław	Kopernika 48
Paully Maria	Siemiradzkiego 5
Pawik Wiesław	Asnyka 3
Pawlak Alojzy	Felicjanek 17
Pawlicki Władysław	Kalwaryjska 6
Pawłowski Ferdynand	Pędzichów 15
Pawłowski Włodzimierz	Sobieskiego 12
Pelczar Feliks	św. Marka 8 tel. 536-14
Perzyński Jan	Kopernika 26
Piątkowski Juliusz	św. Gertrudy 2
Piątkowski Jerzy	Sobieskiego 22 tel. 597-02
Pieczarkowski Marian	Zduńska 14 tel. 597-02
Pieniążek Janusz	Siemiradzkiego 5
Pierożyński Oktawian	Al. Słowackiego 112
Pietrzyk Ignacy	Kopernika 8
Piotrowski Kazimierz	Długa 60 tel. 560-68
Plinta Zdzisław	Mazowiecka 64

Płatek Tadeusz	Kątowa 4, tel. 599-52
Pochopień Franciszek	Długa 58
Podłęski Walenty	Basztowa 3
Podwiński Stanisław	Basztowa 1
Pogonowski Bolesław	Dunajewskiego 3
Polaczek Elżbieta	Smoleńsk 19
Polek Aleksander, lek. miej.	Madalińskiego 10
Pollak Jan	św. Bronisławy
Pomorski Jakób	Wybickiego 16
Popek Walenty	Karmelicka 52 tel. 590-56
Popielski Bolesław, doc. med. sąd.	Zwierzyniecka 7
Popielska Zofia	Zwierzyniecka 7
Popowicka Lubow	Straszewskiego 6
Potok Władysław	Zwierzyniecka 25 tel. 578-02
Poźniak Stanisław	Potockiego 13
Primus Władysław	Karmelicka 8 tel. 580-06
Proba Bronisław	Sereno-Fenna YMCA
Pronaszko Norma	Siemiradzkiego 13.
Pruski Piotr	Grodzka 3
Przeworski Mieczysław	Floriańska 39
Przybyłkiewicz Zdzisław	Al. Mickiewicza 13
Przyłuska Aleksandra	Zielona 22
Pykosz Tadeusz	Kremerowska 12 tel. 586-48
Przesmycki Felicjan	Kopernika 26
Pyzikowa Kazimiera	Karmelicka 30
Raczyński Jan	Skawińska 25
Radlińska Janina	Zielona 28
Raginis Józef, nacz. lek. kolej.	Bosacka 6 A
Raginisowa Zofia	Bosacka 6 A
Reichel Telesfor	Lubicz 26
Ralski Lesław	Al. Krasińskiego
Rauch Krystyna	Starowiślna 4
Redo Aleksander	Zamojskiego 29
Rekliński Julian	Zaleskiego 6
Riesserowa Krystyna	Smoleńsk 11
Rohocki Stefan	Lubicz 22
Romanowa Janina	Szujskiego 6 tel. 581-87
Romanowski Jan	Al. 29 Listopada 70
Rosenman Michał	Lubelska 31
Rosenzweig Emil	Starowiślna 35
Rosenzweig Helena	Pl. Kazimierza W. 5

Ross Oktawia	Krakowska 4 tel. 551-57
Ross Jan	Krakowska 4
Rowiński Władysław	Floriańska 31
Rubczyńska Alfreda	Pierackiego 16
Ruciński Adam	Starowiślna 64
Rutkowski Maksymilian, prof. chir.	Basztowa 4 tel. 566-34
Rutkowska Ada	Basztowa 4 tel. 566-34
Rybacki Franciszek	Długa 26
Rychliński Wacław	Al. Słowackiego 9
Rychwicki Włodzimierz	Zwierzyniecka 7
Rymar Jan	Al. Mickiewicza 13
Sanecki Stanisław	Krowoderska 68
Sandałowicz Julia	Mydlnicka 430
Schneider Jan	Zwierzyniecka 19
Schneider Nowak Maria	Kolberga 5
Schor Izrael	Al. Krasińskiego 21
Schwarz Stefan	Pańska 6 tel. 566-79
Sciesińska Rafalina	Zaleskiego 8
Sędzielewski Józef	Jasna 2
Seidler Maksymilain	Długa 37 tel. 542-00
Sędzimir Aleksander	Sarego 12
Sembratowa Zofia	Piłsudskiego 19
Serafinowa Romualda	Morawskiego 12
Sewerski Adolf	Filipa 3
Sidorowicz Wacław	Starowiślna 22
Siedlecki Feliks, doc. ch. wewn.	św. Marka 8
Sieńko Stanisław	Straszewskiego 10
Sieppel Ludwik	Zyblikiewicza 5 tel. 555-06
Sikorska Aurelia	Biskupia 10
Sikorski Stanisław, lek. miej.	Zamojskiego 20
Silberman-Sewerski Fryderyk	Wybickiego 26
Skalski Feliks	Borek Fałęcki Solvay
Skałbowa Władysława	Strzelecka 19
Skimina Jan	Batowice
Składzień Edmund	Strzelecka 2
Slopek Stefan	Al. Mickiewicza 13
Śląkowa Zofia	Zwierzyniecka 11 tel. 565-78
Smolarek Jan, lek. miejski	Prądnicka 60
Smolarski Kazimierz	Grzegórzecka 19 tel. 503-71
Smoluchowski Adam	Kochanowskiego 24
Smreczyńska Janina	Smoleńsk 23

Sojka Jan	Ogrodowa 156, Łagiewniki
Sojkowa Władysława	Ogrodowa 156
Sokołowski Adam	Potockiego 8
Sokołowska Anna	Potockiego 8
Sokołowski Stefan	Sereno-Fenna 3
Sokołowska Helena	Sereno-Fenna 3
Sokołowski Józef	Słowackiego 34
Solarski Julian	Prażmowskiego 33
Solarski Zbigniew	Prażmowskiego 33
Solińska Eugenia	Józefitów 18
Solecki Adolf Aleksander	Sebastiana 10
Spätt-Weissman Helena	Potockiego 7
Spett Stanisława	Kopernika 48
Spett Karol	Kopernika 48
Spisak Bolesław	Zyblikiewicza 5
Spiss Maria	Przegorzały 88
Spoczyńska Jadwiga	Szlak 14 B tel. 500-56
Spytkowski Bolesław	Smolki 12 D
Stafiera Jan	Szlak 17
Stankiewicz Maria	Basztowa 25
Stanowski Józef	Łobzowska 47 tel. 509-42
Stanoch Adolf	II. Osiedle Ofic. 6
Stanochowa Franciszka	II. Osiedle Ofic. 6
Staszkowski Jan	Rynek Podgórski 9 tel. 560-33
Stawiarska Gabriela	Prądnicka 80
Stoeger Witold	Kopernika 23
Starzewski Józef	Ks. Józefa
Stein Bolesław	Wrzesińska 11 tel. 561-54
Steinberg Leon	Starowiślna 60
Stelmach Zygmunt	Sienkiewicza 11 tel. 572-38
Sternberg Jozua	Świętokrzyska 6
Stępowski Bronisław ,doc. ginek.	Batorego 7
Stenzel Rudolf	Trynitarska 11
Stiel Roman	Krakowska 29
Stobiecki Adam	Długa 4
Stryjeński Władysław	Grabowskiego 3
Strzemeska-Sidorowa Zofia	Długa 6 tel. 503-45
Sturm-Jezierska Edyta	Krakowska 46 Prokocim
Stückler Józef	Kołłątaja 11
Stypa Róża	Zyblikiewicza 5
Suchorzewska Janina	Piłsudskiego 24
Sudolski Wiesław	Pańska 5 tel. 504-45
Supniewski Janusz, prof. farmak.	Al. Słowackiego 15

Surawska-Zera Maria	Karmelicka 14
Surdacki Aleksander	Chłopickiego 18
Surowiec Antoni	Sobieskiego 7
Swat Adam	Smoleńsk 22 tel. 599-58
Swatowa Maria	Smoleńsk 22 tel. 599-58
Świerszczewska Antotina	Sereno-Fenna 6
Szabuniewicz Bożydar, prof. fizj.	Pl. na Groblach 3 tel. 500-80
Szarota Stanisław	Al. Krasińskiego 24
Szczeklik Edward, doc. ch. wewn.	św. Tomasza 22 tel. 538-52
Szczerbiński Edward	Piłsudskiego 38 tel. 501-05
Szczerbiński Marian	Grabowskiego 7 tel. 505-46
Szczurkowski Cyprian	Krowoderska 55
Szefel Irena	Zyblikiewicza 11
Szelc Stanisław	Kopernika 23
Szewczyk Aleksander	Szczepańska 3 tel. 590-55
Szlapak Helena	Garbarska 12 tel. 582-87
Szlichcińska Wanda	Starowiślna 42
Sznajder Włodzimierz	Starowiślna 4
Sznapka Karol	Batorego 6
Szomańska Eugenia	Długa 53
Szpunar Jerzy	Krowoderska 24 tel. 590-27
Szumowski Władysław, prof. hist. medyc.	Szlak 39
Szymański Tadeusz	Syrokomli 23
Szymonowicz Jerzy	Urzędnicza 37
Szynagel Aleksander	Spokojna 14
Szyberna Stefan	Rejtana 10
Szyszko Stanisław	Siemiradzkiego 1
Szyszko Władysław	Mikołajska 9
Tabeński Zbigniew	Król. Jadwigi 23
Tarczałowicz Władysław	Pl. Dominikański 2 tel. 540-68
Tarkowska Danuta	Czysta 3
Teichman Aleksander	Grodzka 61
Tempka Tadeusz, prof. ch. wewn.	św. Jana 1 tel. 555-99
Tencer-Taniewski Józef	Filarecka 2 A
Tesarzowa Walentyna	Karmelicka 9
Thierowa Salomea	Zwierzyniecka 14
Tochowicz Leon, doc. ch. wewn.	Pijarska 5
Trau-Kołodziej Alojzy	Śląska 3
Trella Julian	Orzeszkowej 9

Trzebicka Stefania	Basztowa 4
Turyna Eugenisz	Kujawska 16 tel. 592-30
Turkowa Maria	św. Jana 9
Tursz-Tuszyński Mieczysław	Sereno-Fenna 6
Turzański Jan Marcin	św. Tomasza 30
Twardowski Marian	Rakowicka 11 A tel. 544-64
Urbański Bolesław	Długosza 2
Wachnianin Miron	Al. Krasińskiego 22
Wagner Roman	Jasna 10 tel. 553-32
Walczyński Jan	Grottgera 24
Walter Franciszek, prof. ch. skórnych	Rynek Kleparski 6 tel. 552-93
Warchałowski Czesław	Konarskiego 5
Warchałowska Maria	Konarskiego 5
Wasserman Józef	Szymanowskiego 1
Wcisło Wincenty	Kopernika 17
Weiss Marek Chaim	Kołłątaja 14
Wieja Jan	Kopernika 17
Wierzgacz Roman	Krakowska 49
Wicińska Anna Kornelia	Filarecka 16
Wilczek Marian, prof. okul.	Sławkowska 24 tel. 578-26
Wilczyński Ludwik	Grodzka 60
Wilk Julian	Sapiehy 5, Prokocim
Wilkoń Bolesław	Orkana 2
Winsch Marian	Szymanowskiego 9
Wiński Marceli	Śląska 20
Wistreich Jakób	Potockiego 1
Wiśniewski Marian	Grabowskiego 7
Weinreb Zygmunt	Długa 38
Wodniecki Józef sen.	Wielopole 6
Wodniecki Józef jun.	Wielopole 6
Woliczko Kazimierz	Starowiślna 49 tel. 597-07
Wolik Marek	Retoryka 18
Wolikowa Władysława	Retoryka 18
Wójcik Tadeusz	Starowiślna 18
Wójcikiewicz Józef	Wybickiego 110 C
Woźniakiewiczowa Stanisława	Starowiślna 41
Wranka Bruno	Trynitarska 11
Wróblewski Stanisław	Batorego 20
Wróblewska Stanisława	Batorego 20
Wróblewski Wincenty	Zygmunta Augusta 5
Wydra Wojciech	Loretańska 4

Wyka Zdzisław	Rakowicka 10 tel. 562-35
Wyrobek Emil	Smoleńsk 25 A
Wysocki Aleksander	Limanowskiego 18
Wysocki Piotr	Kremerowska 14
Wysocka Felicja	Kremerowska 14
Zabokrzycki Tadeusz	Potockiego 1
Zaczek Tadeusz	Kazimierza W. 82
Zadębowski Roman	Jabłonowskich 19
Zajączkowski Tytus	Potockich Bocz. 8, Olsza
Zakreys Franciszek	Kielecka 5
Zaremba Juliusz, doc. chir.	Potockiego 3
Zakrzewski Juliusz	Pańska 5
Zborczyński Franciszek	Straszewskiego 1
Zdrojewski Witold	Tenczyńska 6
Zgirski Ludwik	Różana 5, Wola Duch.
Zieliński Ignacy	Piłsudskiego 19 A
Zieliński Maurycy	Karmelicka 11
Zielińska-Ujejska Zofia	Wybickiefo 108 B
Ziembicki Witold	Wawrzyńca 26
Zopoth Artur	Długa 43
Żabianka Maria	Józefitów 4
Żabiński Robert, lek. miejski	Szewska 22 tel. 580-01
Żardecki Aleksander	Potockiego 8
Żelazny Józef	św. Tomasza 29
Żuliński Kazimierz	Sobieskiego 6
Żuławski Wojciech	Mogilska 86
Żurowski Ludwik, lek. miejski	Łobzowska 4 tel. 592-57
Żurek Zygfryd	Smoleńsk 25 tel. 59164
Żychowicz Adam	Długa 33 tel. 509-44
Żychowiczowa Franciszka	Długa 33 tel. 509-44
Żydłowicz Władysław	Floriańska 22

SPIS LEKARZY DENTYSTÓW W KRAKOWIE

Abłamowicz Maria	Łobzowska 57
Balicka Helena	Ujejskiego 6
Białecka-Grob Janina	Urzędnicza 43
Blumin Maria	Mogilska 20
Bogusławski Henryk	Floriańska 10
Bonoszewska Jadwiga	Starowiślna 42
Bouffał Adolfina	Stradom 13
Brodkiewicz Zofia	Wielopole 6
Cabicar Halina	Starowiślna 32
Chadzijew Donczo	Lelewela 12
Chlebowska-Frydman Tamara	Garncarska 16
Cyklis Stanisław	Krupnicza 18
Dobrowolska Natalia	Bandurskiego 14
Dominik Kazimierz	Zyblikiewicza 5
Druker Norbert	Pl. Matejki 2
Dworakowska Maria	Karmelicka 54
Federowicz Zofia	Augustiańska 19
Gadzińska Zofia	Siemiradzkiego 25
Gauza Jan	Karmelicka 6
Góra Maria	Łobzów 15
Grmela Władysława	Józefińska 43
Gruźlińska Fabiana	Słowackiego 10
Grzesło Maria	Wyspiańskiego 2
Holewińska Tatiana	Wybickiego 94 B
Jabłońska Kochańska Maria	Krakowska 14
Jakowicka Maria	Starowiślna 70
Janiszewski Roman	Karmelicka 54
Jarema Łukowska Helena	Konarskiego 26
Jarząb Józef	Kopernika 32
Jaśkiewicz Jan	Floriańska 19
Kieżun Leokadia	Fałata 11
Kuś Zofia	Karmelicka 23
Lewicka Katarzyna	Kolberga 12
Lubowska Zenobia	Konarskiego 54
Małachowska Maria	Brodowicza 14

Migdalska Maria	Al. Słowackiego 50
Maryniakowa Helena	Limanowskiego 18
Mikucki Konrad	Krowoderska 65 A
Moncewicz Natalia	Potockiego 1
Nowicka Filipina	Starowiślna 60
Nowicka Stanisława	Batorego 12
Orłowska Zofia	Urzędnicza 47
Petrykowski Jan	Starowiślna 77
Pielowa-Brożyna Zofia	Pierackiego 9
Podgórska Henryka	Dwernickiego 6
Porębska-Cyrkowicz Janina	Garbarska 16
Rudzka Maria	Mikołajska 21
Rucińska Maria	Zielona 28
Rudzińska-Uspieńska Helena	Prażmowskiego 21
Rysiewicz Maria	Szopena 11
Spanauf Emil	Krasińskiego 26
Stalony-Dobrzańska MaMria	Blich 4
Stankiewicz Witold	Pierackiego 25
Stawiński Bolesław	Friedleina 17
Sużycka Irena	Jabłonowskich 9
Szybist-Antoniewicz Halina	Basztowa 24
Szymańska Janina	Grabowskiego 5
Till Jadwiga	Pl. Dominikański 1
Tomczyk Piotr	Krowoderska 13
Turecka Zofia	Krcwoderska 22
Tusiewicz Irena	Starowiślna 80
Wengerek Irena	Batorego 25
Wodniecka Zofia	Szpitalna 26
Wołyńcowa Paulina	Batorego 24
Zingol Benzef Nina	Prażmowskiego 17

SPIS DENTYSTÓW

uprawnionych techników dentystycznych w Krakowie

Angelus Ludwik	Karmelicka 14
Bartoszyński Tadeusz	Pijarska 7
Biedrońska Elżbieta	Basztowa 4
Biedroński Władysław	Basztowa 4
Bohosiewicz Józef	św. Marka 20
Brich Artur	Batorego 9
Brück Leon	Długa 22
Czadowska Stefania	Radziwiłłowska 8 B
Dawidowicz Roman	Starowiślna 31
Duszczyńska Józefa	Szewska 5
Flisarski Stanisław	Retoryka 7
Gdowski Marian	Biskupia 14
Gniadek Leon	Długa 6
Goraj Antoni	Słowackiego 40
Gruszeczkowa Zofia	Karmelicka 55
Jachimowicz Edward	Podwale 2
Jankiewicz Czesław	Syrokomli 7
Korański Edward	Zwierzyniecka 21
Korczak Karol	Karmelicka 27
Kornfeld Jakub	Skałeczna 1
Kowalczyk Michał	Karmelicka 21
Kowalski Roman	Lwowska 22
Kukulska Stefania	Dunajewskiego 2
Langer Stanisław	Zwierzyniecka 15
Lipoński Włodzimierz	Floriańska 13
Łakomski Antoni	Długa 55
Łobodziński Józef	Mikołajska 5
Majewski Leon	Lwowska 25
Marczyńska Wanda	Piłsudskiego 6 Prądnik Czerw.
Markowski Kazimierz	Krupnicza 12
Martynkowska Maria	Pańska 6
Mazaraki Stefan	Jabłonowskich 18
Miklaszewski Zygmunt	Smoleńsk 3
Mogilnicka Czesława	Pierackiego 17

Mühlard Gabriela	Zamojskiego 5
Myśliński Kazimierz	Szewska 27
Nachsatz Zofia	Braci Dudzińskich 4
Ordower Karol	Wielopole 24
Orwid Daniel	Juliusza Lea 15 A
Ossolińska Stefania	Starowiślna 62
Pawłowska Felicja	św. Tomasza 15
Petrykowski Stanisław	Starowiślna 77
Piżl Stanisław	Powiśle 2
Reiter Regina	Prażmowskiego 55
Reder Maksymilian	Barska 9
Rotszyldowa Marta	Starowiślna 18
Śliwiński Michał	Sobieskiego 19
Seeman Stanisław	Spokojna 16
Sroczyński Bolesław	Pl. Matejki 3
Stodulski Roman	Karmelicka 45
Stoszko Józef	Rynek Główny 15
Straszyński Józef	Zyblikiewicza 12
Suwaj Wiktor	Staszica 7
Świdruk Władysław	Idzikowskiego 19
Szostak Stanisław	Szopena 3
Szczudłowska Antonina	Kremerowska 2
Szubert Maria	Mały Rynek 4
Szwarc Kazimierz	Szujskiego 8
Tarczydło Jan	Szlak 23
Walczak Zygmunt	Kielecka 25
Wiśniowski Leon	Krowoderska 6
Wojciechowski Stefan	Karmelicka 23
Wójtowicz Franciszek	Pl. Zgody 2
Woyciechowska Maria	Krowoderska 57
Wysocki Leon	Krowoderska 51
Zaliwski Julian	Dietla 49
Ziffer Julian	Powroźnicza 6
Żelechowska Aleksandra	Starowiślna 16
Zmudzki Tadeusz	Rynek Główny 43

WYKAZ POŁOŻNYCH ZAMIESZKAŁYCH W KRAKOWIE

Adamek Krystyna	Lubomirskiego 111, Łagiewniki
Bachlej Anna	Celarowska 5 m. 2.
Bagińska Katarzyna	Kościuszki 31, Biały Prądnik
Bąkowska Maria	Paulińska 20
Bandoła Maria	Dobrego Pasterza 39, Czerw. Prądnik
Baran Aniela	Jagiellońska 9
Baran Janina	Brzozowa 11
Bartel Stanisława	Kopernika 23
Białek Salomea	Mazowiecka 13
Bielec Zofia	Grodzka 29 m. 8.
Bienias Aniela	Legionów 60, Wola Duchacka
Bilińska Franciszka	Friedleina
Boczarska Karolina	Krakowska 5
Bojan Felicja	Chodkiewicza 7 m. 28
Brewińska Stanisława	Starowiślna 77
Brandys Stanisława	Długa 88
Broda Stanisława	Szlak 36
Broszkiewicz Felicja	Pędzichów 15 m. 16
Buczyńska Stanisława	Łanowa 6, Płaszów
Cecuga Regina	Ładna 213
Chlebicka Stefania	Kopernika 17
Chróścicka Janina	Kopernika 4
Cichońska Bronisława	Mydlnicka 131
Cięborowicz Franciszka	Kurdwanów 83
Ćwiertniak Agata	Bieżanów 84
Czajowska Jadwiga	Starowiślna 54
Dąbrowa Stanisława	Bieżanów 389, Oryza
Dębek Janina	Łokietka 4
Dziedzic Emilia	Zdrowa 3
Dziewińska Maria	Wygrana 4 m. 7
Fortuna Stanisława	Kopernika 23
Franaszek Franciszka	Celarowska 11
Franczak Emilia	Rakowicka 37
Gabryszewska Józefa	Lubicz 13

Gałdyn Maria	Zdrowa 7
Gałek Olga	Limanowskiego 45
Gałka Adela	Kopernika 23
Gałkowska Maria	Al. Słowackiego 78 m. 12
Garga Henryka	Król. Jadwigi 20
Garzyńska Ludwika	Floriańska 11 m. 6
Geleta Kazimiera	Łanowa 35
Godniowska Stanisława	Zagrody 2
Gołębiowska Maria	Karmeilcka 16
Górecka Anna	Stawowa 34
Górecka Wiktoria	Emaus 40
Grabowska Apolonia	Młyńska 10
Grzegorczyk Antonina	Łanowa 12
Gutowska Magdalena	Ogrodowa 3
Guzik Jadwiga	Wola Justowska 94
Halama Antonina	Lubomirskiego 23
Handzel Barbara	Topolowa 13
Harasymowicz Marta	Chodkiewicza 7
Horska Wanda	Pl. Wolności 37
Hudziak Julia	Kobierzyn 87
Jakubiec Julia	Bieżanów 17
Jamróz Władysława	Dobrego Pasterza 91, Prądnik Czerwony
Janas Julia	Piłsudskiego 107, Prokocim
Jasińska Ludwika	Pychowice 91
Jelonek Aniela	Piaski Wielkie 73
Kaganek Honorata	Borek Fałęcki 213
Kalicińska Hel na	Prądnicka 50
Kalisz Maria	Kopernika 23
Kałoń Julia	Górna 12A, Bronowice Małe
Karaś Julianna	Szopena 4
Kardas Agata	Wieś Łęg 161
Karpianka Rozalia	Kochanowskiego 22
Kluzowicz Zofia	Bosacka 7
Kłyś Maria	Ariańska 16
Kmiecik Karolina	Krasickiego 4
Kornat Maria	Helclów 3
Kościelniak Franciszka	Białoprądnicka 44
Korzeniowska Julia	Górka Narodowa 140
Kościółek Maria	Kościuszki 23
Kowalczyk Anna	Wyspiańskiego 16, Bronowice Małe
Kowalska Anna	Jul. Lea 93

Kowalska Stanisława	Rynek Główny 15
Kozak Pelagia	Lipowa 36
Kozynacka Magdalena	Bronowice Weilkie 319
Kramarska Maria	Kotlarska 4
Kręcioch Helena	Kopernika 23
Kreisowa Paulina	Floriańska 5
Krok Aniela	Wawrzyńca 37
Krowicka Karolina	Starowiślna 47
Krupa Magdalena	Czyżyny 115
Krycińska Albina	Zielona 25
Kubaszewska Katarzyna	Ks. Józefa 54
Kudłaj Ewa	Czarodziejska 57
Kulczycka Maria	Jasna 7
Kundelewicz Helena	Dietla 73
Kurczaba Anna	Smoleńsk 17
Leichardt Helena	Bonarka 28
Leśniak Maria	Kosynierów 11
Łabędź Albina	Józefa 5
Łańko Magdalena	Feilcjanek 15
Łazar Maria	Radziwiłłowska 25
Lechowicz Julia	Jugowice 65
Łętocha Zofia	Płaszowska 13
Łopajczyk Maria	Prochowa 7
Machno Maria	Skotniki 109
Majewska Helena	Krowoderska 53
Maksymczuk Maria	Piłsudskiego 109, Prokocim
Malinowska Maria	Czyżyny 227
Malisz Maria	Nadwiślańska 1
Małachowska Eugenia	Prądnicka 37
Maryon Stefania	Kalwaryjska 79
Matuszek Józefa	Narutowicza 65. Wola Duch.
Miga Magdalena	Stolarska 13
Miklas Elżbieta	Wenecja 9
Misiura Katarzyna	Kalwaryjska 72
Mol Weronika	Mieszka I. 21, St. Olsza
Mowczanowska Maria	Zamojskiego 31
Murczyńska Helena	Pędzichów 21
Namysło Apolonia	Topolowa 28
Namysłowska Anna	Paulińska 16
Nemeth Adela	Górna 2
Nieckarska Józefa	Kościuszki 64
Nowak Zofia	Piłsudskiego 53, Prokocim
Nawrocka Eugenia	Dietla 83

Oferta Genowefa	Straszewskiego 5
Oleksik Helena	św. Agnieszki 7
Orlińska Krystyna	Lelewela 8
Ostatek Maria	Morsztynowska 4
Pałka Wanda	Bocheńska 3
Pałka Weronika	Kliny 124, Rakowice
Pastuszak Maria	Piłsudskiego 54, Wola Duch.
Pawlęga Jadwiga	Witkowice — Górka Narodowa
Pawlikowska Franciszka	Dietla 113
Pierzchała Julia	Poselska 20
Piętka Antonina	Dietla 37
Pirog Wiktoria	Zamojskiego 23
Plichta Józefa	Białoprądnicka 5
Postupalska Stanisława	Batorego 15B
Potoczna Katarzyna	Czarnowiejska 19
Potok Sylwestra	Pl. Groble 19
Pracuch Aniela	Dobrego Pasterza 29
Prochal Maria	Miedziana 98
Prorok Karolina	Krowoderska 54
Przybyś Maria	Ujejskiego 12
Pyrdek Katarzyna	Nowowiejska 7
Rataj Teresa	Szlak 9
Rokosz Aniela	Mostowa 6
Rubiś Maria	Wiśniowa 2
Rybka Józefa	Kordeckiego 4
Ryguła Maria	Brzozowa 4
Sarna Maria	Rękawka 27
Sękowska Karolina	Zaleskiego 6
Sewiołek Stanisława	Miodowa 28
Skawińska Józefa	Sebastiana 16
Skwarek Anna	Grzegórzecka 104
Smietana Maria	Bieżanów — Łazy 195
Solarz Józefa	Czysta 1
Sonik Michalina	św. Sebastiana 10
Strzelichowska Wiktoria	Wielopole 11 m. 6
Swiadkowska Aniela	Mikołajska 4
Szczepańska Regina	Tonie 166
Szczurowska Honorata	Piaski Wielkie 46
Szeliga Stanisława	Mały Rynek 1
Szewczyk Julia	Główna 397, Łagiewniki
Szostek Maria	Zatorska 9
Szylar Wiktoria	Ludowa 431, Borek Fałęcki
Szymańska Barbara	Rynek Główny 44

Toczyska Franciszka	Sarego 20
Trojak Konstancja	Krakowska 233, Borońcwice Wielkie
Tryhubczak Maria	Potockich Boczna, St. Olsza
Trzaskoś Zofia	Wiejska 318, Rakowice
Tugi Janina	Kopernika 23
Turakiewicz Zofia	św. Filipa 23
Urbańska Anna	św. Sebastiana 34
Wąchal Maria	Mieszczańska 3
Walewska Anna	Krasickiego 12
Wardas Stefania	Kościuszki 47, Łagiewniki
Warmuzek Katarzyna	Pierackiego 4
Warzocha Katarzyna	Chłodna 330, Borek Fałącki
Wcisło Marcjanna	Skotniki 55
Węgrzyn Emilia	Jul. Lea 9A
Wesołowska Wiktoria	Wrocławska 31
Wiernek Janina	Topolowa 10
Wilk Julia	Kopernika 23
Wlazło Maria	Zielna 15
Włoczkowska Rozalia	Grzegórzecka 6
Wójcicka Józefa	Słoneczna 17
Wojciechowska Janina	Szlak 18
Wojnarowska Aniela	Floriańska 3
Wójtowicz Maria	Bonerowska 5
Wolska Zofia	Szlak 63
Wołek Maria	Chocimska 32
Woźniczkowa Marcjanna	św. Filipa 18
Wszendybyła Anna	Emaus 2
Wywiał Maria	Mazowiecka 61
Wywiał Zofia	Kopernika 17
Zając Albina	Nowy Plac 4
Zawadzka Maria	Szwedzka 70
Zdybek Władysława	Kopernika 23
Zembroń Bronisława	Kopernika 23
Zięba Jadwiga	Konarskiego 3
Zielińska Maria	Jul. Lea 7A
Żygmunt Wiktoria	Zaleskiego 5

MEBLE

Stefan Iglicki Sp. z o. o. Kraków, ul. Sławkowska 10 Magazyn mebli i pracownia tapicerska. Firma istnieje od roku 1885.

NARZĘDZIA LEKARSKIE

Narzędzia chirurgiczne
Stanisław Baran
Kraków, ulica Karmelicka 10.

PAPIER I WYR. PAPIER.

Papier i wyroby papierowe
ST. GRZEBILISZEWSKI
Dzierżawcy:
ST. KALBERT i J. KOCHAJ
KRAKÓW, Ul. STRADOMSKA 19

PERFUMERIE

Perfumeria, Galanteria **Sylwia Rybska** Kraków, Starowiślna 22 poleca najlepszej jakości kosmetyki krajowe i zagraniczne.

PRACOWNIE FUTER

PRACOWNIA FUTER
EUGENIUSZA BIELECKIEGO
KRAKÓW. UL. POSELSKA 15

PRZYB DENTYSTYCZNE

SKŁADNICA PRZYBORÓW DENTYSTYCZNYCH **Jozef Leiblowicz** Kraków, Rynek Główny 11. Telefon 575-18.

RESTAURACJE

RESTAURACJA
WŁADYSŁAW DYDAŚ
KRAKÓW, RYNEK KLEPARSKI 5
Telefon 557-18

SALONY SZTUKI

SALON SZTUKI
A. WAWRZECKI
KRAKÓW, WIŚLNA 9. Tel. 507-42
poleca obrazy wybitnych malarzy polskich.
KUPNO SPRZEDAŻ

SKLEPY KOMISOWE

„Centrokomis“ Kraków, ul. Grodzka 9 sprzedaje: futra, lisy, garderobę, bieliznę, pościel, dywany, fotoaparaty, radioaparaty, galanterię, kryształy, porcelanę itp.

SKŁADNICE APTECZNE

SKŁADNICA APTECZNA
„ZORIA“
Sp. z ogr. odpow.
KRAKÓW, SEBASTIANA 9/11
Telegramy: Zoria. Tel. 551-67

SKŁAD WINA I HERBATY

Juliusz Grosse Skład wina i herbaty Kraków, Pałac Spiski. Tel. 506-00.

„MAGNA"

Fabryka Wyrobów Gumowych
Sp. z o. o.
KRAKÓW XXII
Romanowicza 19 a
Telefon 555-70

poleca swoje wyroby jak:

smoczki
prezerwatywy ULTRA
rękawice operacyjne
palce techniczne
palce lekarskie
artykuły techniczne
obcasy gumowe
gumy do ołówka

PŁATKI owsiane

MARMELADY owocowe I-ej sorty do krajania
POWIDŁA śliwkowe
SOKI i wina naturalne owocowe
WYROBY fabryk Piasecki, Kryształ Dr Wander i Kanold
ANDRUTY tortowe, biszkopty - keksy, pierniki
AMONiAK, sodę czyszczoną — saletrę
PASTĘ do obuwia oraz inne
ARTYKUŁY gospodarcze i spożywcze

PO CENIE FABRYCZNEJ
TYLKO HURTOWNIE

DOM HANDLOWY
GUSTAW KMIECIK
KRAKÓW, STRADOM 6
TELEFON 590-74

WĘGIEL i KOKS

wolnorynkowy, najlepszej jakości

dostarcza

wagonowo oraz drobnicowo ze składu w Krakowie

MAŁOPOLSKA
SPÓŁKA HANDLOWA
Kraków, św. Tomasza 18



Telefon 581-50, 581-51



Telegr.: Emesha - Kraków

PIERWSZA
MAŁOPOLSKA FABRYKA
OPAKOWAŃ
BLASZANYCH
pod zarządem państwowym

wykonuje opakowania i reklamy przedwojenne

Kraków, Poznańska 20
Telefon 562-03

Konto w Banku Gospodarstwa Krajowego Kraków Nr 191

